

**MENINGKATKAN KELINCAHAN ANAK MELALUI GERAK LOKOMOTOR
PADA ANAK KELOMPOK A2 TAMAN KANAK-KANAK
AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL GENDINGAN
YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

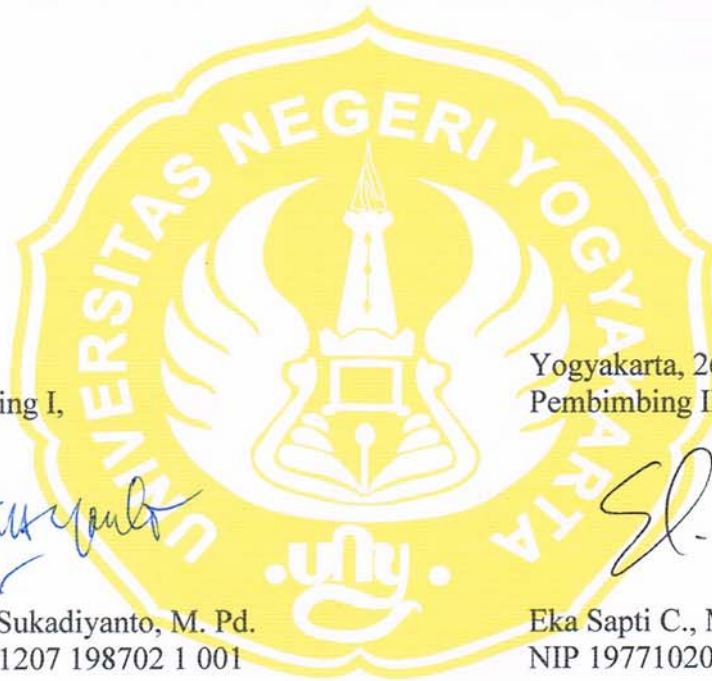


Oleh
Fitri Purwanti
NIM 11111247019

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
JURUSAN PENDIDIKAN PRA SEKOLAH DAN SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
OKTOBER 2013**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “MENINGKATKAN KELINCAHAN ANAK MELALUI GERAK LOKOMOTOR PADA ANAK KELOMPOK A2 TAMAN KANAK-KANAK AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL GENDINGAN YOGYAKARTA” yang disusun oleh Fitri Purwanti, NIM 11111247019 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.



Pembimbing I,

Prof. Dr. Sukadiyanto, M. Pd.
NIP 19611207 198702 1 001

Yogyakarta, 26 Agustus 2013
Pembimbing II,

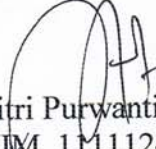
Eka Sapti C., M. M., M. Pd.
NIP 19771020 200501 2 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam lembar pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 3 September 2013
Yang menyatakan



Fitri Purwanti
NIM 1111247019

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "MENINGKATKAN KELINCAHAN ANAK MELALUI GERAK LOKOMOTOR PADA ANAK KELOMPOK A2 TAMAN KANAK-KANAK AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL GENDINGAN YOGYAKARTA" yang disusun oleh Fitri Purwanti, NIM 11111247019 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 13 September 2013 dan dinyatakan lulus.

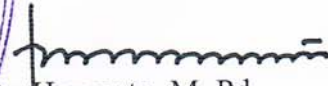
DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Sukadiyanto, M. Pd.	Ketua Penguji		20/9/13
Martha Christianti, M. Pd.	Sekretaris Penguji		19/9/13
Sudarmanto, M. Kes	Penguji Utama		18/9/13
Eka Sapti C., M. M, M. Pd.	Penguji Pendamping		23/9/13

09 OCT 2013

Yogyakarta,
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,




Dr. Haryanto, M. Pd.
NIP. 19600902 198702 1 001

MOTTO

” Memberikan kesempatan anak untuk bergerak bebas itu berarti membukakan
cendela dunia bagi anak.”

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan untuk:

1. Agamaku
2. Kedua orang tuaku, Ibu Sarmidah dan Bapak Sutarman yang selalu mendukung dan memotivasi dalam menyelesaikan skripsi ini
3. Almamaterku
4. Nusa dan Bangsa

**MENINGKATKAN KELINCAHAN ANAK MELALUI GERAK LOKOMOTOR
PADA ANAK KELOMPOK A2 TAMAN KANAK-KANAK
AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL GENDINGAN
YOGYAKARTA**

Oleh
Fitri Purwanti
NIM 11111247019

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan kelincahan pada anak kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta semester II tahun ajaran 2012/2013 melalui kegiatan gerak lokomotor. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas kolaboratif yang dilakukan dalam dua siklus. Subyek penelitian adalah anak didik kelompok A2 yang terdiri dari 10 anak perempuan dan 5 anak laki-laki. Obyek penelitian ini berupa pengembangan kelincahan pada motorik kasar anak menggunakan gerak lokomotor yang terdiri dari gerakan berlari dan meloncat. *Setting* penelitian di TK Bustanul Athfal Gendingan Yogyakarta yang beralamat di jalan Wachid Hasyim no. 25 Ngampilan Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah observasi. Kriteria keberhasilan dalam penelitian ini apabila 75% dari jumlah anak masuk dalam kriteria lincah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan kelincahan pada kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta melalui kegiatan gerak lokomotor. Pada Pra Tindakan, siswa yang masuk dalam kriteria lincah hanya berjumlah dua anak (13,3%). Setelah dilakukan penelitian Siklus I dengan desain gerak lokomotor yang terdiri dari gerakan lari bolak-balik, lari zig-zag, lari melingkar, meloncati benda, dan meloncat zig-zag yang dilakukan secara berkelanjutan dari satu gerakan ke gerakan lainnya, kelincahan anak meningkat menjadi 8 anak (53,3%). Pada Siklus II yang dilakukan secara kompetisi dan pemberian *reward*, kelincahan anak meningkat menjadi 13 anak (86,7%).

Kriteria keberhasilan mencapai 86,7% dari jumlah anak masuk dalam kriteria lincah, sehingga dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor dapat meningkatkan kelincahan anak kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta.

Kata kunci: kelincahan, gerak lokomotor, kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur ke hadirat Allah swt yang senantiasa melimpahkan rahmat, hidayah serta inayah-Nya, sehingga penulis akhirnya mampu menyelesaikan penyusunan skripsi. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.

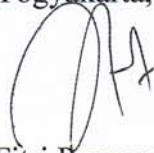
Penyelesaian skripsi ini tidak dapat dipisahkan dari bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih dan apresiasi yang tinggi kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi izin belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Dekan FIP Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi izin penelitian.
3. Koordinator Program Studi PG PAUD yang telah memberi bimbingan selama belajar di FIP PG PAUD.
4. Bapak Prof. Dr. Sukadiyanto, M. Pd. dan Ibu Eka Sapti C., MM., M. Pd., selaku dosen pembimbing skripsi.
5. Ibu Fenny Dwi Andayani Kepala TK ABA Gendingan yang telah memberikan izin dalam penelitian ini.
6. Ibu Ami Restianawati, A. Md., selaku guru kelompok A2 yang membantu dalam persiapan maupun pelaksanaan penelitian.
7. Rekan guru TK ABA Gendingan yang banyak membantu dalam penelitian.
8. Siswa A2 TK ABA Gendingan yang telah menjadi subyek penelitian.

9. Tak kalah pentingnya pada sahabat-sahabatku (Mas Rusdi, Mbak Ening, Erlin) yang telah membantu dan memberi motivasi selama penelitian.
10. Serta pihak-pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dan mendukung penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah swt memberikan balasan atas kebaikan yang telah diberikan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun guna kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan kontribusi bagi dunia pendidikan serta perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya praktik pembelajaran untuk pendidikan anak usia dini

Yogyakarta, 3 September 2013



Fitri Purwanti

DAFTAR ISI

	hal
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
G. Definisi Operasional.....	7

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kelincahan.....	9
1. Pengertian Kelincahan.....	9
2. Unsur-Unsur dalam Kelincahan.....	10
3. Cara untuk Melatih Kelincahan.....	12
4. Manfaat Kelincahan Bagi Anak	13
B. Gerak Lokomotor.....	13

1. Pengertian Gerak Lokomotor.....	15
2. Macam-Macam Lokomotor.....	16
a. Merangkak.....	16
b. Berjalan.....	17
c. Mendaki.....	17
d. Berlari.....	18
e. Meloncat.....	19
f. Berjengket.....	19
g. Rolling dan Mengguling.....	19
h. Meluncur.....	20
C. Gerak Lokomotor yang akan Diteliti.....	20
1. Berlari.....	21
2. Meloncat.....	23
D. Perkembangan Anak Usia TK.....	26
1. Anak Usia TK.....	26
2. Ciri Fisik Anak TK.....	28
3. Perkembangan Motorik Anak Usia TK.....	29
E. Penelitian yang Relevan	31
F. Kerangka Pikir	33
G. Hipotesis Tindakan.....	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	34
B. Subjek Penelitian.....	35
C. <i>Setting</i> Penelitian.....	35
1. Tempat.....	35
2. Waktu.....	35
D. Desain Penelitian.....	35
E. Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	38
F. Instrumen Penelitian.....	39
G. Indikator Keberhasilan.....	41

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data Penelitian.....	43
1. Lokasi Penelitian.....	43
2. Subjek Penelitian.....	43
B. Deskripsi Kondisi Awal Pra Tindakan.....	43
C. Deskripsi Hasil Penelitian.....	49
1. Siklus I.....	49
a. Perencanaan Tindakan Siklus I.....	50
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus I.....	50
1) Siklus I Pertemuan 1.....	50
2) Siklus I Pertemuan 2.....	52
3) Siklus I Pertemuan 3.....	53
c. Observasi.....	54
d. Refleksi.....	55
2. Hipotesis Siklus II.....	59
3. Siklus II.....	60
a. Rencana Tindakan Siklus II.....	60
b. Pelaksanaan Tindakan Siklus II.....	60
1) Siklus II Pertemuan 1.....	61
2) Siklus II Pertemuan 2.....	62
3) Siklus II Pertemuan 3.....	63
c. Observasi.....	65
d. Refleksi.....	65
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	71
E. Keterbatasan Penelitian.....	75

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	76
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

	hal
Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Kelincahan Anak Usia Dini.....	41
Tabel 2. Persentase Kemampuan Lokomotor Anak pada Kegiatan Pra Tindakan.....	46
Tabel 3. Rentang Skor Kemampuan Lokomotor Anak pada Pra Tindakan.....	47
Tabel 4. Persentase Kelincahan Gerak Lokomotor pada Kegiatan Pra Tindakan.....	47
Tabel 5. Persentase Kemampuan Lokomotor Anak pada Kegiatan pada Siklus I.....	55
Tabel 6. Rentang Skor Kemampuan Lokomotor Anak pada Siklus I....	55
Tabel 7. Persentase Kelincahan Gerak Lokomotor pada Siklus I.....	56
Tabel 8. Perbandingan Persentase Kemampuan Lokomotor Anak pada Pra Tindakan dengan Siklus I.....	57
Tabel 9. Perbandingan dan Peningkatan Persentase Kelincahan Gerak Lokomotor Anak pada Pra Tindakan dengan Siklus I.....	58
Tabel 10. Persentase Kemampuan Lokomotor Anak pada Kegiatan pada Siklus II.....	65
Tabel 11. Rentang Skor Kemampuan Lokomotor Anak pada Siklus II..	65
Tabel 12. Persentase Kelincahan Gerak Lokomotor pada Siklus II.....	66
Tabel 13. Perbandingan Persentase Kemampuan Lokomotor Anak pada Siklus I dengan Siklus II.....	67
Tabel 14. Perbandingan dan Peningkatan Persentase Kelincahan Gerak Lokomotor Anak pada Siklus I dengan Siklus II.....	68
Tabel 15. Perbandingan Persentase Kemampuan Lokomotor Anak pada Pra Tindakan, Siklus I, dan Siklus II.....	70
Tabel 16. Perbandingan Persentase Kelincahan Gerak Lokomotor Anak pada Pra Tindakan, Siklus I, dan Siklus II.....	70

DAFTAR GAMBAR

	hal
Gambar 1. Model Penelitian Tindakan Kelas Kemmis dan Mc Taggart yang dimodifikasi.....	36
Gambar 2. Desain Kegiatan Lokomotor.....	39
Gambar 3. Penilaian Acuan Patokan (PAP).....	40
Gambar 4. Histogram Kelincahan Gerak Lokomotor Anak pada Kegiatan Pra Tindakan, Siklus I, dan Siklus II.....	71

DAFTAR LAMPIRAN

	hal
Lampiran 1. Surat Permohonan Instrumen dan Pernyataan Validator Instrumen.....	81
Lampiran 2. Lembar Observasi Kemampuan Lokomotor dan Lembar Observasi Kelincahan Anak.....	84
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dan Surat Keterangan Penelitian.....	89
Lampiran 4. Hasil Observasi pada Pra Tindakan.....	92
Lampiran 5. RKH dan Hasil Observasi Siklus I.....	94
Lampiran 6. RKH dan Hasil Observasi Siklus II.....	110
Lampiran 7. Foto Desain Kegiatan Lokomotor dan Foto Kegiatan.....	126

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia lahir sampai memasuki pendidikan dasar merupakan masa keemasan sekaligus masa kritis dalam tahapan kehidupan yang akan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Anak mempunyai potensi yang sangat besar untuk berkembang. Pada usia ini, 90% dari fisik otak anak sudah terbentuk (Maimunah Hasan, 2010: 29). Masa ini merupakan masa yang tepat untuk meletakkan dasar-dasar pengembangan kemampuan fisik, bahasa, sosial-emosional, konsep diri, seni, moral dan nilai-nilai agama. Pada usia ini berbagai aspek perkembangan tersebut tumbuh dan berkembang dengan pesat, sehingga anak membutuhkan stimulasi pendidikan yang sesuai dengan tingkat perkembangan dan kebutuhannya.

Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1). Anak berhak mendapatkan perawatan, pengasuhan, dan pendidikan yang sesuai dengan tingkat perkembangannya agar kebutuhan anak pada masa pekanya dapat terpenuhi secara optimal.

Pengalaman yang diperoleh anak dari lingkungan sekitarnya serta stimulasi-stimulasi dari orang dewasa disekitar anak baik itu orang tua, keluarga

maupun guru akan sangat berpengaruh pada kehidupan anak dimasa yang akan datang. Anak yang mendapatkan stimulasi pendidikan yang baik sesuai dengan tingkat perkembangannya akan dapat tumbuh dan berkembang dengan baik pula.

Anak usia dini mempunyai potensi demikian besarnya untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangannya, termasuk perkembangan motoriknya artinya perkembangan keterampilan motorik sebagai perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara kebugaran tubuh, keterampilan motorik dan kontrol motorik. Keterampilan motorik anak usia dini tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol motorik, kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh, kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik (Sumantri, 2005: 2).

Perkembangan motorik pada anak dapat dilihat dengan bertambah baiknya aktivitas jasmani, adanya pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi. Selama 4 atau 5 tahun pertama kehidupan anak dapat mengendalikan gerakan yang kasar yang digunakan dalam berjalan, berlari, melompat, berenang, dan kegiatan lainnya (Hurlock, 1998: 150). Semakin bertambahnya usia akan bertambah pula kemampuan yang mereka miliki, baik secara kualitas maupun kuantitasnya.

Anak usia dini identik dengan karakteristiknya yang aktif, lincah, dan tidak kenal lelah. Anak mempunyai energi yang tinggi yang digunakan untuk melakukan berbagai aktivitas, terutama aktivitas motoriknya. Aktivitas yang

dilakukan anak setiap harinya itu akan dapat meningkatkan keterampilan fisiknya, baik itu keterampilan motorik halusnya maupun motorik kasarnya.

Pengembangan keterampilan motorik kasar anak harus memperhatikan juga unsur-unsur dasar kesehatan tubuhnya. Unsur-unsur tersebut diantaranya adalah kekuatan (*strength*), ketahanan (*endurance*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), koordinasi (*coordination*) dan kecepatan (*speed*) (Slamet Suyanto, 2005: 208). Kelincahan termasuk salah satu unsur kesehatan yang harus ditingkatkan agar keterampilan motorik kasar anak dapat berkembang optimal.

Mikdar (2006: 48) menjelaskan bahwa kelincahan adalah kemampuan mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan secara bersamaan dengan gerakan lainnya. Kelincahan memang harus dimiliki oleh setiap anak agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Kelincahan satu anak dengan lainnya tentu berbeda-beda. Masih banyak anak yang kurang lincah dalam mengubah arah dan posisi tubuh terutama saat menggunakan satu kakinya saja atau dua kaki secara bersamaan.

Kurang berkembangnya kelincahan sebagai ciri khas seorang anak akan berpengaruh pada keterampilan motoriknya. Anak akan merasa kesulitan dalam memecahkan permasalahan dalam kehidupan sehari-hari maupun kemampuan berolahraganya. Selain itu anak juga akan terganggu dalam melakukan kegiatan yang menuntut kemandirian.

Peneliti melakukan observasi di kelompok A2 TK ABA Gendingan. Berdasarkan pengamatan pada proses pembelajaran yang berlangsung, anak-anak

di kelompok A2 TK ABA Gendingan ini mempunyai permasalahan berupa kurangnya kelincahan. Hal ini terlihat saat guru mengajak anak untuk melakukan kegiatan melompat dan berlari, anak masih banyak yang mengalami kesulitan dalam mengubah arah ataupun posisi tubuhnya secara teratur. Loncatan anak masih berbelok-belok dan terlihat ragu-ragu saat menggunakan kedua kakinya secara bersamaan sehingga ada tiga anak yang terjatuh.

Kurang berkembangnya kelincahan pada anak-anak di kelompok A2 TK ABA Gendingan disebabkan oleh latar belakang keluarga yang kurang mendukung perkembangan motorik kasar anak. Anak terlalu banyak dilarang untuk beraktivitas di luar ruangan. Orang tua anak menganggap bahwa di luar ruangan penuh dengan bahaya yang harus dihindari oleh anak. Anak menjadi sangat terbatas ruang gerakanya, sehingga perkembangan motorik kasar anak selama ini kurang terstimulasi dengan baik.

Selain permasalahan di atas, masih ada beberapa permasalahan yang terjadi. Minat anak dalam melakukan kegiatan fisik masih kurang dikarenakan kegiatan yang dilakukan selama ini terlalu monoton dan kurang variatif, guru memberikan kegiatan motorik kasar yang belum sesuai dengan minat anak. Selama ini guru hanya memanfaatkan ruang kelas dan aula sebagai arena kegiatan motorik kasar anak sehingga ruang gerak anak tidak bisa leluasa.

Penggunaan alat-alat untuk kegiatan motorik kasar juga minim mengakibatkan anak kurang tertarik. Jika hal ini didiamkan dan terjadi terus menerus maka akan berpengaruh pada perkembangan motorik kasar mereka. Guru

harus mengevaluasi apakah dalam penyampaian atau metode dan alat pembelajaran yang digunakan sudah tepat atau belum.

Anak akan lebih tertarik melakukan kegiatan motorik dasar melalui kegiatan yang atraktif dan kompetitif. Salah satunya menggunakan gerak lokomotor. Gerak lokomotor atau sering disebut juga *traveling*, diartikan sebagai gerak berpindah tempat, seperti jalan, lari, dan lompat. Ketiga keterampilan ini dianggap sebagai keterampilan paling dasar lokomotor, karena merupakan keterampilan yang berkembang bersama perkembangan dan lebih bersifat fungsional (Agus Mahendra, 1999: 10).

Anak dapat melakukan berbagai gerakan yang bervariasi melalui gerak lokomotor sehingga anak tidak terlalu bosan dan kelincahan anak dapat terstimulasi dengan baik. Melalui gerak lokomotor ini tentunya dapat mencapai beberapa indikator yang ada pada Permendiknas 58, misalnya indikator berlari dan meloncat.

Berdasar pada teori-teori yang telah disebutkan serta fakta yang peneliti temukan di lapangan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tindakan kelas dengan judul “Meningkatkan Kelincahan Anak Melalui Gerak Locomotor pada Anak Kelompok A2 Taman Kanak-Kanak ‘Aisyiyah Bustanul Athfal Gendingan Yogyakarta”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

1. Kelincahan anak saat melakukan gerakan motorik kasar masih rendah.

2. Minat anak dalam kegiatan motorik kasar masih kurang.
3. Metode yang digunakan guru monoton dan kurang bervariasi.
4. Ruang gerak anak dalam melakukan aktivitas motorik kasar kurang leluasa, karena selama ini aktivitas dilakukan di dalam ruangan kelas.
5. Media pembelajaran motorik kasar yang digunakan selama ini kurang menarik, misalnya saja guru hanya menggunakan media sederhana seperti kertas putih untuk kegiatan motorik kasar.
6. Prasarana seperti arena bermain yang mendukung untuk kegiatan motorik kasar selama ini masih kurang dikarenakan lahan yang ada di TK sempit.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, dalam penelitian ini hanya dibatasi pada masalah meningkatkan kelincahan anak kelompok A2 melalui gerak lokomotor di TK ABA Gendingan Yogyakarta tahun pelajaran 2012/2013.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, maka masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah bagaimana meningkatkan kelincahan pada motorik kasar anak melalui gerak lokomotor di kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta.

E. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kelincahan anak melalui gerak lokomotor berlari dan meloncat pada anak kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta.

F. Manfaat penelitian

Manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memperkuat teori tentang kelincahan anak yang dapat ditingkatkan melalui gerak lokomotor.

2. Manfaat praktis

Setelah dilakukan penelitian di TK ABA Gendingan diharapkan secara praktis dapat bermanfaat sebagai berikut:

- a. Bagi anak: diharapkan dapat meningkatkan kelincahan anak melalui gerak lokomotor sehingga pembelajaran dapat lebih bermakna.
- b. Bagi guru: digunakan sebagai wacana baru khususnya bagi pendidikan anak usia dini dalam menyusun atau mengadakan kegiatan pembelajaran motorik yang bervariasi, kreatif dan menarik bagi anak yang dapat meningkatkan kelincahan anak dalam motorik kasarnya.
- c. Bagi sekolah: sebagai bahan refleksi untuk senantiasa meningkatkan kualitas sumber daya manusianya, yang dalam hal ini guru dan anak didiknya.

G. Definisi Operasional

Pada penelitian ini yang dimaksud dengan kelincahan anak merupakan kemampuan seorang anak untuk mengubah arah dan posisi tubuhnya dengan cepat yang dilakukan bersama dengan gerakan lain, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Kelincahan anak ini terlihat saat anak melakukan gerakan perpindahan seperti saat anak berlari, melompat, dan kegiatan lainnya dengan gerakan yang cepat, kaki anak dapat menahan

dengan kuat, keseimbangan tubuhnya terjaga dan tidak jatuh. Kelincahan anak dapat dikembangkan melalui kegiatan yang membutuhkan perpindahan tubuh secara cepat seperti pada gerak lokomotor.

Gerak lokomotor merupakan gerak perpindah tempat, seperti jalan, lari, naik-turun tangga, lompat, dan loncat. Gerak lokomotor yang dapat menstimulasi kelincahan pada anak adalah gerakan berlari dan meloncat. Dengan gerakan berlari dan meloncat secara variatif maka anak dapat melakukan berbagai gerakan yang berbeda sehingga anak tidak terlalu bosan dan kelincahan anak dapat terstimulasi dengan baik.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kelincahan

1. Pengertian Kelincahan

Harsono (1988) Wira Indra Satya (2006: 17) menjelaskan kelincahan (*agility*) adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Nala (1998) Wira Indra Satya (2006: 17) menambahkan, bahwa bagian tubuh dalam mengubah arah gerakan tersebut secara mendadak dan dalam kecepatan yang tinggi. Kelincahan ini penting untuk mendukung kegiatan olahraga lainnya seperti sepak bola, basket, dan volly sehingga kelincahan perlu dikembangkan dengan baik.

Sejalan dengan Wira Indra Satya (2006), Mikdar (2006: 48) menjelaskan bahwa kelincahan adalah kemampuan mengubah arah atau posisi tubuh dengan cepat yang dilakukan secara bersama-sama dengan gerakan lainnya. Untuk mengukur kelincahan seseorang disamping mengukur kemampuan kecepatan gerak juga perlu memperhatikan seberapa cepat dapat melakukan perubahan posisi tubuh untuk melakukan gerakan lain yang berbeda.

Kelincahan bagi anak merupakan sesuatu yang khas sesuai dengan kodratnya. Anak identik dengan karakteristiknya yang lincah untuk melakukan gerakan-gerakan tubuh. Kelincahan merupakan salah satu komponen motorik yang ada dalam kebugaran jasmani (Wira Indra Satya, 2006: 10). Seorang anak akan memiliki keterampilan motorik yang baik apabila dalam keadaan bugar jasmaninya, sehingga kelincahan dianggap penting dalam melatih perkembangan

motorik kasar anak agar anak siap dalam menghadapi tugas-tugas perkembangan selanjutnya.

Berdasarkan pengertian-pengertian di atas dapat disimpulkan dalam penelitian ini bahwa kelincahan anak merupakan kemampuan seorang anak untuk mengubah arah dan posisi tubuhnya dengan cepat yang dilakukan bersama dengan gerakan lain, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Kelincahan anak ini terlihat saat anak melakukan gerakan perpindahan seperti saat anak berlari, melompat, dan kegiatan lainnya dengan gerakan yang cepat, kaki anak dapat menahan dengan kuat, keseimbangan tubuhnya terjaga dan tidak jatuh.

2. Unsur-Unsur dalam Kelincahan

Kelincahan merupakan gabungan beberapa unsur kondisi fisik. Unsur yang dimaksud adalah unsur kecepatan, kekuatan, keseimbangan, dan kelenturan (fleksibilitas) yang tergambar dalam bentuk gerak yang terkoordinasi yang baik (www.sepriblog.blogspot.com). Keempat unsur tersebut sangat mempengaruhi kelincahan pada anak. Anak tidak dapat dikatakan lincah apabila keempat unsur tersebut tidak ada.

a. Kecepatan (*Speed Movement*)

Kecepatan merupakan kemampuan anggota-anggota tubuh untuk melakukan gerakan-gerakan sejenis secara berturut-turut dan berkesinambungan dalam waktu sesingkat-singkatnya (Wira Indra Satya, 2006: 15). Contoh dari kecepatan itu adalah pada lari *sprint* kecepatan larinya ditentukan oleh tungkai yang melakukan gerakan secara berturut-turut dan dilakukan secara cepat.

Kecepatan dapat diketahui dengan menghitung waktu yang diperlukan seseorang dari pertama mulai gerak sampai akhir gerakan. Semakin sedikit waktu yang diperlukan untuk melakukan rangkaian gerak maka dapat dikatakan seseorang itu memiliki kecepatan yang baik pula.

b. Kekuatan

Kekuatan merupakan hasil kerja otot yang berupa kemampuan untuk mengangkat, menjinjing, menahan, mendorong, atau menarik beban. Besarnya penampang lintang otot berpengaruh pada kekuatan yang dihasilkan dari kerja otot tersebut (Endang Rini Sukamti, 2007: 93). Semakin besar penampang lintang otot akan semakin besar kekuatan otot yang dihasilkan, semakin kecil penampang otot akan semakin kecil pula kekuatan otot yang dihasilkan.

c. Keseimbangan (*Balance*)

Keseimbangan adalah hal yang berhubungan dengan *neuromuscar system* untuk mempertahankan suatu posisi atau sikap tubuh yang efisien ketika tubuh dalam keadaan diam atau sedang bergerak (Wira Indra Satya, 2006: 17). Seseorang yang keseimbangannya baik maka dia akan bisa mempertahankan posisi tubuhnya dengan baik dan tidak terjatuh.

d. Kelentukan (Fleksibilitas)

Fleksibilitas adalah keleluasaan gerak sendi. Hasil penelitian Hupprich dan Sigerseth mengenai fleksibilitas adalah fleksibilitas pada setiap bagian tubuh tidak ada interkoreksi (Endang Rini Sukamti, 2007: 93). Seseorang yang fleksibilitasnya baik pada salah satu bagian tubuh, pada bagian tubuh yang lain belum tentu baik juga fleksibilitasnya.

Kelincahan seorang anak akan terlihat apabila keempat unsur tersebut terstimulasi dengan baik. Keempat unsur tersebut merupakan keistimewaan dari kelincahan, artinya apabila ingin meningkatkan kelincahan maka keempat unsur tersebut juga sudah ikut terstimulasi, misalnya saja saat melatih kelincahan anak dengan lari bolak-balik maka perlu memperhatikan kecepatan anak dalam bergerak, kekuatan kaki dalam menopang berat badan, keseimbangan tubuhnya saat melakukan gerakan dinamis, dan fleksibilitas dari pergelangan kakinya.

3. Cara untuk Melatih Kelincahan

Latihan-latihan yang dapat meningkatkan kelincahan (*agility*) seseorang adalah lari *suttle run* (lari bolak-balik) yaitu latihan lari dengan jarak 4-5 meter dan dilakukan dengan cepat dan bolak balik, lari zig-zag yaitu lari yang dilakukan dengan zig-zag diantara beberapa titik (jarak titik 1-2 meter), dan lari segala arah yaitu lari yang dilakukan menurut komando dari pelatih misalnya kanan-kiri, depan-belakang, melintang (www.blog.guru.penjasorkes.com). Beberapa gerakan lari di atas dapat meningkatkan kelincahan anak.

Sejalan dengan pendapat di atas Wira Indra Satya (2006: 19) juga menyatakan bahwa kelincahan dapat dilakukan dengan metode lari bolak-balik maupun gerakan meloncat. Berlari cepat dengan zig-zag juga dapat meningkatkan kecepatan (*speed*) dan kelincahan (*agility*) (Wira Indra Satya, 2006: 95). Gerakan-gerakan perpindahan di atas dapat digunakan untuk menstimulasi kelincahan anak yang nantinya akan dapat meningkatkan perkembangan motorik kasarnya.

4. Manfaat Kelincahan Bagi Anak

Melalui kelincahan diharapkan anak dapat melakukan berbagai aktivitas yang melibatkan motorik kasarnya dengan baik sesuai dengan perkembangannya. Kelincahan digunakan anak dalam melatih kesegaran jasmaninya (Mikdar, 2006: 48). Anak dalam keadaan segar jasmaninya akan mampu melakukan aktivitas tanpa cepat lelah atau loyo.

Sejalan dengan Mikdar (2006) Wira Indra Satya (2006: 8) menjelaskan bahwa kelincahan merupakan salah satu komponen dalam mencapai kebugaran jasmani. Seorang anak yang ada dalam keadaan bugar maka dia mempunyai kondisi fisik yang memungkinkan seseorang mampu menghadapi tantangan hidup dari lingkungannya secara total, berprestasi, dan memiliki fisik yang sehat.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa dengan kelincahan diharapkan anak mempunyai kesiapan fisik yang baik untuk melakukan aktivitas yang melibatkan motorik kasarnya, baik untuk kegiatan yang sederhana maupun yang lebih kompleks. Selain itu, anak juga akan dapat mengeksplor lingkungan sekitar secara optimal dan lebih mandiri.

B. Gerak Lokomotor

Perkembangan gerak anak TK merupakan kelanjutan dari perkembangan gerak yang telah terjadi pada masa bayi. Kemampuan gerak tersebut memungkinkan bagi anak untuk melakukan aktivitas fisik untuk menjelajahi ruang yang lebih luas (Samsudin, 2007: 19). Kemampuan gerak akan membantu berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya.

Samsudin (2007: 20) menjelaskan pada masa TK perkembangan gerak yang terjadi adalah berupa peningkatan kualitas penguasaan pola gerak yang telah bisa dilakukan pada masa bayi, serta peningkatan variasi dengan berbagai macam pola gerak dasar. Perkembangan gerak bisa terjadi dengan baik apabila anak memperoleh kesempatan yang cukup untuk melakukan aktivitas fisik dalam bentuk gerakan-gerakan yang melibatkan keseluruhan bagian anggota-anggota tubuh.

Pada masa anak-anak, perkembangan fisik berada pada suatu tingkatan dimana anak dapat melakukan beberapa macam gerak dasar dengan beberapa variasinya. Bertambahnya ukuran fisik memungkinkan bagi anak lebih mampu menjelajahi ruang yang lebih luas, serta menjangkau objek-objek yang berada di sekitarnya. Kemungkinan menjelajah tersebut memacu untuk melakukan beberapa macam gerakan untuk meningkatkan kemampuannya (Samsudin, 2007: 20).

Anak TK memiliki kecenderungan mempunyai minat yang besar untuk selalu melakukan aktivitas gerak fisik, sehingga tampak selalu aktif bergerak. Orang tua atau orang dewasa di sekitar anak sebaiknya memberi banyak kesempatan bagi anak untuk melakukan aktivitas gerak fisik agar motorik kasar anak dapat berkembang secara optimal.

Kegiatan utama pada motorik kasar adalah kegiatan bergerak. Gerak menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1990) adalah peralihan tempat atau kedudukan, baik hanya sekali maupun berkali-kali. Gerakan fisik secara luas diartikan sebagai suatu perubahan posisi dari suatu objek pada suatu ruang, sedangkan gerakan manusia adalah suatu perubahan posisi dalam suatu ruang

yang melibatkan sebagian maupun seluruh tubuhnya (Toho Cholik dan Rusli Lutan, 1997: 18).

1. Pengertian Gerak Lokomotor

Keterampilan lokomotor merupakan gerakan yang sangat penting bagi transportasi manusia. Keterampilan ini diidentifikasi sebagai keterampilan yang menggerakkan individu dalam satu ruang atau tempat ke ruang ataupun tempat yang lainnya. Perkembangan keterampilan lokomotor umumnya sebagai hasil dari tingkat kematangan tertentu. Latihan dan pengalaman merupakan hal penting untuk mencapai kemampuan yang matang (Samsudin, 2007: 75).

Sejalan dengan pernyataan di atas Toho Cholik dan Rusli Lutan (1997: 62) menjelaskan bahwa aktivitas lokomotor menjadi dasar pokok bagi perpindahan posisi seseorang untuk beralih dari satu tempat ke tempat lain. Aktivitas lokomotor ini dapat dibagi menjadi 3 yaitu pergerakan dengan kaki, pergerakan dengan tumpuan, dan pergerakan waktu bergantung. Tanpa aktivitas lokomotor, seseorang tidak akan bisa mengeksplor lingkungan sekitar secara optimal.

Gerak Lokomotor atau sering disebut juga *traveling*, diartikan sebagai gerak berpindah tempat, seperti jalan, lari, dan lompat. Ketiga keterampilan ini dianggap sebagai keterampilan paling dasar lokomotor, karena merupakan keterampilan yang berkembang bersama perkembangan dan lebih bersifat fungsional (Agus Mahendra, 2000: 10). Ketiga keterampilan dasar ini harus dikembangkan secara optimal agar anak siap untuk melakukan keterampilan yang lebih kompleks.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor adalah aktivitas pokok perpindahan posisi seseorang untuk beralih dari satu tempat ke tempat lain seperti jalan, lari, dan loncat. Gerak lokomotor bagi anak akan membantu anak untuk menjelajah lingkungannya secara optimal.

2. Macam-Macam Locomotor

Sumantri (2005: 130) menjelaskan bahwa lokomotor terdiri dari jalan, lari, mendaki, lompat, meluncur, *skipping*, dan sebagainya. Sejalan dengan pernyataan Toho Cholik dan Rusli Lutan (1997: 62) yang menjelaskan bahwa aktivitas lokomotor itu seperti merangkak, berjalan, berlari, meloncat, berjengket, meluncur, memanjat, melompat ke arah mendatar, melompat ke arah tegak, dan lompat jauh.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa macam-macam gerak lokomotor yang dikuasai anak usia dini diantaranya adalah merangkak, berjalan, mendaki, berlari, melompat, meloncat, berjengket, mengguling, dan meluncur.

a. Merangkak

Merangkak merupakan keterampilan lokomotor dasar yang bermanfaat untuk mengembangkan kekuatan togok, lengan, dan bahu. Selain itu juga dapat mengembangkan keterampilan untuk mengalihkan titik berat badan ke tangan dan lutut (Toho Cholik dan Rusli Lutan, 1997: 63). Merangkak dapat dilakukan dengan berbagai variasi misalnya merangkak melewati terowongan, merangkak sambil menyusuri jejak dan petak.

b. Berjalan

Berjalan merupakan keterampilan dasar. Menurut Sumantri (2005: 72) Gerakan berjalan pada awalnya belum bisa dilakukan dengan baik oleh anak, namun seiring tumbuh dan berkembangnya anak mampu melakukan gerak berjalan dengan lebih lancar dan mampu bergerak dengan cepat dan lincah.

Pola perkembangan penguasaan gerakan berjalan dalam Sumantri (2005: 73) adalah sebagai berikut:

- 1) Pelaksanaan gerakan berjalan yang mula-mula tertatih-tatih dan kurang terkontrol menjadi semakin lancar dan terkontrol dengan baik.
- 2) Irama gerakan yang cepat seperti terhuyung-huyung, berkembang menjadi bisa dilakukan sesuai dengan irama yang dikehendaki. Anak dapat melakukan dengan irama lambat dan juga bisa cepat.
- 3) Bentuk gerakan kaki mula-mula menapak dengan telapak kaki penuh, kedua kaki sedikit kangkang, kedua telapak kaki membentuk sudut lebar, berkembang menjadi bisa menapak dengan tumit dan bergeser ke arah telapak kaki bagian depan, kedua kaki melangkah tidak mengangkang dan bisa mendaki garis lurus, sudut kedua telapak kaki menyempit.
- 4) Ayunan langkah menjadi semakin otomatis, dalam melangkah tidak terlalu menyita perhatiannya saat melangkah.

Gerakan jalan yang harus dikuasai anak usia dini diantaranya adalah berjalan ke depan, berjalan ke samping, dan dilanjutkan berjalan ke belakang.

c. Mendaki

Setelah anak dapat berjalan anak berusaha untuk mendaki, misalnya saja anak belajar untuk mendaki tangga rumah yang berbentuk tataran tangga-tangga. Awalnya anak dapat melakukan gerakan mendaki ini apabila dibantu dipegangi orang dewasa, kemudian anak berusaha melakukannya sendiri apabila ada pegangan di dekat tangga tersebut. Perkembangan selanjutnya anak mampu

melakukan sendiri tanpa perlu menggunakan pegangan dengan gerakan seperti berjalan (Sumantri, 2005: 77).

Perkembangan bentuk gerakan mendaki menurut Endang Rini Sukanti (2007: 26-27) adalah sebagai berikut:

- a. Saat anak berumur 40 sampai 50 minggu, anak sudah dapat mendaki ke tempat yang lebih tinggi, misalnya naik keatas bangku atau kursi pendek dengan gerakan seperti merangkak.
- b. Sekitar umur 3 tahun anak dapat mendaki tataran tangga tembok sendiri dengan posisi berdiri tegak. Mula-mula anak menggunakan satu kaki yang sama setiap langkah mendaki. Anak menjadi bisa mendaki tataran tangga rumah dengan biasa, setiap kali melangkah mendaki bisa menggunakan satu kaki secara bergantian.

Kemampuan gerak mendaki tidak dibarengi dengan perkembangan kemampuan gerak turun dari tempat yang didaki. Hal tersebut dapat dijumpai saat anak kecil yang mula-mula berhasil memanjat kursi maupun bangku sendiri dengan cara merangkak, setelah berhasil ia malah menangis karena tidak dapat turun sendiri. Selanjutnya ia turun sendiri dengan cara mundur dimana bentuk gerakannya seperti saat memanjat tetapi dengan arah mundur (Sumantri, 2005: 77-78).

c. Berlari

Gerakan berlari merupakan perkembangan dari gerakan dasar yaitu gerakan berjalan, gerakan dasar anggota tubuh berlari hampir sama dengan gerakan berjalan, namun langkah irama lari lebih cepat. Untuk melakukan gerakan berlari diperlukan peningkatan kekuatan kaki dan koordinasi yang lebih baik antara otot-otot penggerak dengan otot yang berlawanan pada saat kaki melangkah (Sumantri, 2005: 75).

d. Meloncat

Gerakan meloncat mula-mula tampak atau bisa terbentuk dari gerakan berjalan dari tempat yang agak tinggi ke tempat yang agak rendah, misalnya saat menuruni tangga atau turun dari bangku yang pendek. Ketika anak ingin turun dari bangku pendek dengan cara melangkah turun akan terjadi loncatan kecil karena kaki tumpu belum mampu menahan berat badan dengan menekuk lutut sampai kaki yang melangkah menapak dilantai. Gerakan seperti ini bisa membentuk gerakan meloncat (Sumantri, 2005: 78).

e. Berjengket

Gerakan berjengket lebih sukar dibandingkan dengan gerakan meloncat karena gerakan ini menggunakan tumpuan satu kaki dan mendarat dengan satu kaki yang sama. Gerakan ini tentunya membutuhkan kekuatan kaki yang lebih besar dan keseimbangan tubuh yang lebih baik. Gerakan berjengket pada umumnya dapat dilakukan anak pada usia kurang lebih 4 tahun meskipun gerakannya belum baik. Pada usia 5 tahun anak sudah dapat melakukan gerakan ini dengan lebih baik. Pada saat kaki tumpu meloncat, kaki yang diangkat mengayun ke depan menunjang lajunya gerakan (Sumantri, 2005: 82).

f. *Rolling* atau Mengguling

Berguling merupakan bergerak sepanjang permukaan dengan berputar tanpa berhenti, membentuk satu masa yang berputar terus-menerus. Guling ke depan dan ke belakang (*rocking*) atau ke samping merupakan bentuk kegiatan dasar dalam mengembangkan gerakan mengguling (*rolling*), khususnya sebagai komponen dalam melakukan guling depan dan belakang (Samsudin, 2007: 82).

g. Meluncur

Gerakan meluncur merupakan gerakan yang dilakukan dari atas ke bawah dalam posisi seluruh tubuh dilakukan dari atas ke bawah dalam posisi seluruh tubuh direntangkan di atas papan luncur. Meluncur bermanfaat untuk mengembangkan koordinasi dan pengontrolan kecepatan (Toho Cholik dan Rusli Lutan, 1997: 64). Meskipun gerakan meluncur ini banyak manfaatnya, namun guru harus memperhatikan kemampuan anak, karena gerakan ini cukup beresiko bagi anak yang kemampuan koordinasi dan pengontrolan gerakannya belum baik.

Keselamatan untuk melakukan gerakan ini harus diperhatikan. Meluncur dapat dilakukan dengan berbagai variasi diantaranya meluncur dengan telusuran, meluncur dari atas dengan tiang yang licin dan kuat. Alat yang digunakan untuk meluncur harus *safety* agar tidak membahayakan bagi anak.

Gerakan-gerakan di atas akan dapat dilakukan oleh anak secara bertahap sesuai dengan usia dan kemampuan anak. Intensitas waktu latihan juga berpengaruh pada kemampuan anak untuk melakukan gerakan-gerakan lokomotor di atas.

C. Gerak Locomotor yang akan Diteliti

Gerak lokomotor terdiri dari beberapa gerakan diantaranya jalan, berlari, loncat, jengket, meluncur, *skipping*, dan gerakan lainnya. Namun peneliti hanya akan melakukan penelitian pada dua gerakan dasar yang dianggap dapat meningkatkan kelincahan yang harus dikuasai anak pada usia 4-5 tahun, yaitu berlari dan meloncat. Gerakan tersebut membutuhkan kecepatan, kekuatan, keseimbangan, kelentukan sebagai unsur-unsur dari kelincahan.

1. Berlari

Gerakan berlari merupakan perkembangan dari gerakan berjalan. Gerakan dasar anggota tubuh pada saat berlari menyerupai gerakan berjalan. Perbedaannya terletak pada irama ayunan langkah pada lari iramanya lebih cepat dan ada saat-saat melayang (Endang Rini Sukamti, 2007: 25). Gerakan lari ini akan dikuasai anak setelah anak terampil berjalan.

Sejalan dengan pernyataan Endang Rini Sukamti (2007) Samsudin (2007: 77) menyatakan bahwa lari merupakan kelanjutan dari jalan dengan ciri khusus adanya masa di mana badan seakan dilepaskan dari landasannya (fase melayang) dari salah satu kaki. Pada gerakan berlari, karena ada saat badan melayang, gerakan itu menjadi kurang stabil dibandingkan dengan berjalan. Agar posisi tubuh tetap stabil saat melakukan gerakan berlari maka dibutuhkan keseimbangan tubuh yang baik.

Pada saat lari dibutuhkan pengendalian terhadap tubuh secara keseluruhan. Apabila anak mampu membawa badannya lebih cepat, maka waktu yang dibutuhkan juga akan makin lama serta langkah yang semakin panjang dan kurang pantulan. Saat anak berusia 5 tahun umumnya anak sudah mampu berlari dengan baik, bahkan mempunyai kemampuan berlari dengan cepat pada garis lurus yang dilanjutkan dengan mengubah arah dengan cepat (Samsudin, 2007: 77).

Pencapaian perkembangan gerak berlari pada anak kecil menurut Sumantri (2007: 75) adalah sebagai berikut:

- 1) Pada umur 2 sampai 3 tahun anak-anak mulai mampu berlari agar lancar, meskipun kemampuan kontrol untuk berhenti dan berputar dengan cepat masih belum baik.

- 2) Pada umur 4 sampai 5 tahun kemampuan kontrol saat mengawali gerakan berhenti dan berputar dengan cepat semakin berkembang lebih baik.
- 3) Pada umur 5 sampai 6 tahun keterampilan motorik berlari sudah dikuasai anak dengan baik.

Dari pernyataan di atas maka anak TK kelompok A yang berusia 4-5 tahun semestinya sudah mempunyai kemampuan berlari dan kontrol yang lebih baik. Gerakan berlari pun harus bisa lebih cepat. Pada perkembangan ini anak dapat melakukan gerakan berlari dengan mengubah arahnya dengan cepat seperti berlari bolak-balik, berlari zig-zag, dan lari berputar.

Endang Rini Sukamti (2007: 26) menjelaskan tentang karakteristik bentuk gerakan berlari yang mula-mula bisa dilakukan oleh anak-anak adalah sebagai berikut:

- a. Gerakan langkah masih terbatas rentangannya.
- b. Ayunan lengan terbatas siku dan arahnya tidak sepenuhnya ke depan dan ke belakang melainkan cenderung ke arah samping.

Seiring bertambahnya usia anak akan mampu melakukan gerakan lari dengan gerakan tangan maupun kaki yang lebih baik dan bervariasi. Kesempatan latihan yang cukup akan mendukung keterampilan berlari anak agar lebih optimal. Gerakan berlari dapat dimodifikasi namun teknik-teknik dasar gerakan lari yang benar juga harus selalu diperhatikan. Misalnya pada waktu berlari telapak kaki bertumpu pada tanah harus lurus, ayunan tangan mengarah ke depan tidak menyilang atau masuk ke dalam (Aip Syarifuddin dan Muhadi, 1992: 25).

Variasi yang dapat dilakukan dalam gerak lari antara lain berlari dengan membungkuk, langkah lebar, berlari dengan tumit, kaki diayunkan tinggi ke

depan, lutut dikunci, berlari di tempat, lari berputar, lari zig-zag, lari mundur. Variasi berkaitan dengan waktu diantaranya dengan berlari cepat, berlari lambat, berlari diiringi musik atau instrumen (Samsudin, 2007 : 78).

Menurut Aip Syarifuddin dan Muhadi (1992: 45) gerakan lari yang dapat melatih kelincahan anak adalah lari bolak-balik, lari sambil berbelok-belok, lari zig-zag, lari menerobos di antara kaki temannya yang berdiri kangkang. Gerakan-gerakan lari tersebut dapat melatih kelincahan anak karena untuk melakukan gerakan tersebut anak harus dapat mengubah arah dan posisi tubuhnya dengan cepat.

Dalam melakukan gerakan berlari sering muncul permasalahan (Samsudin, 2007: 78) diantaranya adalah sebagai berikut:

- a) Berlari dengan badan ditegakkan, seharusnya badan sedikit dicondongkan ke depan.
- b) Berlari menyentuh tumit terlebih dahulu, seharusnya berlari dengan ujung telapak kaki terlebih dahulu pada berlari cepat pada jarak yang pendek, sedangkan tumit terlebih dahulu untuk berlari pada jarak jauh.
- c) Berlari dengan ujung kaki mengarah keluar, seharusnya ujung kaki lurus ke depan.
- d) Ayunan tangan tidak ke depan tetapi dari sisi yang satu ke sisi lainnya, seharusnya ayunan ke depan dengan siku dibengkokkan 90 derajat.
- e) Kepala ditarik ke belakang terlalu jauh, seharusnya kepala tegak searah dengan lari

Masalah-masalah tersebut harus diminimalisir agar gerakan lari anak baik dan tidak membahayakan anak saat melakukan gerakan berlari.

2. Meloncat

Istilah loncat dalam pembicaraan sehari-hari sering kali disamakan dengan istilah lompat, padahal sebenarnya dua istilah tersebut memiliki arti yang sangat berbeda. Lompat untuk menyebutkan aktivitas dengan menggunakan

tumpuan satu kaki, sedangkan loncat adalah aktivitas yang menggunakan dua kaki sebagai tumpuannya (Margono, 2002: 34). Tumpuan kaki saat mendarat itulah yang membedakan antara gerakan melompat dengan meloncat.

Sejalan dengan Margono, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1990) loncat adalah lompat dengan kedua atau keempat kaki bersama-sama (seperti katak, kelinci). Berdasarkan uraian di atas berarti meloncat adalah gerakan melompat yang menggunakan kedua kaki secara bersama-sama saat mendarat.

Berbeda dengan Samsudin (2007: 79) yang menjelaskan bahwa meloncat terdiri dari gerakan mengarahkan dan menahan badan di udara sesaat dengan beberapa ciri dasar satu atau dua kaki menolak dengan dua kaki mendarat, dua kaki menolak dan mendarat satu kaki. Meloncat umumnya dilakukan dengan tujuan untuk mencapai ketinggian atau jarak. Untuk kedua tujuan di atas, pinggul, lutut, dan pergelangan kaki harus dibengkokkan untuk memperoleh gaya lebih besar. Oleh sebab itu, meloncat harus dimulai dari posisi seperti jongkok.

Menurut Samsudin (2007: 80) meloncat untuk mencapai jarak tertentu yaitu jarak yang jauh, badan harus sedikit dicondongkan ke depan yang diimbangi dengan ayunan kedua lengan ke belakang dan kekuatan penuh diayunkan ke depan. Sudut lompatan harus berkisar 45 derajat. Saat akan mendarat harus dimulai dengan tumit dan selanjutnya titik berat badan dipindahkan ke depan agar tetap seimbang dan tidak jatuh.

Gerakan meloncat yang awal dikuasai adalah dengan cara menumpu dengan satu kaki dan mendarat dengan satu kaki yang lainnya. Gerakan selanjutnya adalah menumpu dengan dua kaki bersama-sama. Gerakan meloncat

dengan tumpuan dua kaki dan mendarat dengan kedua kaki baru dikuasai anak pada perkembangan yang lebih lanjut (Sumantri, 2005: 82). Mendarat menggunakan kedua kaki memang membutuhkan kekuatan dan keseimbangan yang lebih besar sehingga gerakan meloncat dengan tumpuan dua kaki ini biasanya dikuasai anak setelah anak mampu menumpu dengan salah satu kakinya.

Pada penelitian ini yang dimaksud dengan meloncat adalah gerakan yang mengarahkan maupun menahan badan di udara sesaat dan menggunakan dua kaki sebagai tumpuannya. Gerakan ini lebih bertujuan untuk mencapai jarak tertentu. Keseimbangan tubuh perlu diperhatikan agar posisi anak stabil dan tidak jatuh.

Pola perkembangan gerak meloncat berupa modifikasi atau penyesuaian dalam beberapa gerakan dan intensitas kemampuan fisik yang diperlukan untuk mendukung gerakan. Gerakan meloncat memerlukan waktu yang lebih lama pada saat lepas di lantai atau posisi berada di udara dibanding pada gerak lari. Gerakan meloncat memerlukan kekuatan kaki yang lebih besar dan unsur keseimbangan tubuh yang baik agar saat melayang serta memindahkan berat badan ke posisi yang enak untuk mendarat dapat seimbang pula (Endang Rini Sukamti, 2007: 27).

Masalah yang sering muncul saat melakukan gerakan meloncat menurut Samsudin (2007: 81) adalah sebagai berikut:

- a. Gagal membengkokkan pinggul, lutut, dan pergelangan kaki saat menolak kaki karena tidak diawali dari sikap jongkok atau setengah jongkok.
- b. Gagal mengayunkan kedua lengan ke depan atau ke atas secara bersamaan dengan saat menolak atau meloncat.
- c. Gagal meluruskan kaki saat meloncat.
- d. Badan bagian atas dicondongkan saat melompat untuk ketinggian seharusnya badan diluruskan dan menjangkau secara vertikal.
- e. Sikap badan terlalu ditegakkan seharusnya badan harus dicondongkan ke depan dan sudut lompatan berkisar 45 derajat.

- f. Mendarat dengan seluruh telapak kaki, seharusnya mendarat dengan ujung telapak kaki apabila lompatan untuk ketinggian dan mendarat dengan tumit apabila lompatan untuk jarak.
- g. Kedua kaki terlalu rapat, seharusnya selebar pinggul atau bahu.
- h. Lutut kaku, seharusnya lutut dan pergelangan kaki dibengkokkan untuk meredam benturan.
- i. Kepala menunduk, seharusnya dada dan kepala diangkat.
- j. Bungkuk dari batas pinggang, seharusnya pantulan kecil untuk mencapai sikap berdiri.

Saat mengajarkan gerakan-gerakan melompat guru harus memperhatikan secara cermat masalah yang sering muncul dan meminimalisir permasalahan tersebut agar anak dapat melakukan gerakan melompat dengan baik dan tidak membahayakan diri anak. Memberi contoh terlebih dahulu kepada anak gerakan melompat yang benar akan dapat menghindari permasalahan yang kemungkinan terjadi saat anak melakukan gerakan melompat.

Variasi gerakan melompat dapat dilakukan dengan melewati benda, melompat kesamping, ke depan, atau kebelakang (Samsudin, 2007: 82). Variasi gerakan melompat dapat digunakan dalam menari dan senam

D. Perkembangan Anak Usia TK

1. Anak Usia TK

Anak usia dini adalah sosok individu yang sedang menjalani suatu proses perkembangan dengan pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Sesuai dengan pasal 28 Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20/2003 ayat 1, yang termasuk anak usia dini adalah anak yang masuk dalam rentang usia 0-6 tahun. Sementara itu, menurut kajian rumpun ilmu PAUD dan penyelenggaraannya di beberapa negara, PAUD dilaksanakan sejak usia 0-8 tahun (Maimunah Hasan, 2010: 17). Berdasarkan pernyataan di atas maka anak usia TK

merupakan bagian dari anak usia dini karena anak TK berada pada rentang usia 4-6 tahun.

Anak usia dini berada dalam masa keemasan disepanjang rentang usia perkembangannya. Masa ini juga merupakan masa kritis atau peka bagi anak. Hainstock dalam Yuliani Nuraini Sujiono (2009: 54) mengatakan bahwa pada masa peka inilah terjadi pematangan fungsi-fungsi fisik dan psikis sehingga anak siap merespon dan mewujudkan semua tugas-tugas perkembangan yang diharapkan agar muncul pada perilaku anak sehari-hari.

Sejalan dengan Hainstock, Sumantri (2005: 2) menyatakan bahwa masa usia dini memang masa yang sangat menentukan bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pada masa ini anak sangat peka untuk menerima rangsangan yang cukup baik, terarah, dan didorong ke tingkat pertumbuhan dan perkembangannya. Pada usia dini ini diharapkan kemampuan dasar anak dapat berkembang dan tumbuh secara baik dan benar melalui stimulasi pendidikan yang sesuai dengan tingkat perkembangannya.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa anak usia TK adalah anak yang masuk dalam usia dini, yaitu anak yang berada dalam masa keemasan maupun masa kritis bagi anak disepanjang usianya untuk menerima rangsangan. . Pada masa ini anak sangat peka untuk menerima rangsangan yang cukup baik, terarah, dan didorong ke tingkat pertumbuhan dan perkembangannya, sehingga pada usia TK anak perlu mendapatkan stimulasi pendidikan yang sesuai dengan tingkat perkembangannya. Pent

2. Ciri Fisik Anak Usia TK

Saat anak mencapai tahapan usia TK ada ciri yang jelas berbeda dengan bayi. Perbedaannya terletak dalam penampilan, proporsi tubuh, berat, panjang badan, dan keterampilan yang mereka miliki. Pada saat usia TK telah tampak otot-otot tubuh yang berkembang dan memungkinkan bagi mereka melakukan berbagai keterampilan. Otot dan sistem tulang akan terus berkembang sejalan dengan usia mereka (Sumantri, 2005: 17).

Sejalan dengan Sumantri (2005) Endang Rini Sukamti (2007: 23) menjelaskan bahwa pada masa usia dini atau TK, perkembangan fisik anak berada pada suatu tingkatan di mana secara organis memungkinkan untuk melakukan beberapa macam gerak dasar dengan beberapa variasi. Fisik anak yang semakin tinggi dan besar, serta peningkatan jaringan otot yang cepat pada tahun-tahun terakhir masa usia dini telah memungkinkan bagi anak untuk menjelajahi ruang dan objek yang lebih luas. Kemungkinan menjelajah itu memacu berkembangnya kemampuan melakukan beberapa macam gerakan.

Pertumbuhan anak bersifat *cephalo-caudal* (mulai dari kepala menuju bagian tulang ekor) dan bersifat *proximo-distal* (mulai dari bagian tengah kearah tepi tubuh). Gerakan otot kasar lebih dahulu berkembang dibandingkan gerakan otot halus. Pengendalian otot kepala dan lengan lebih dahulu berkembang dibanding dengan pengendalian otot kaki (Sumantri, 2005: 18). Hal tersebut berarti perkembangan motorik kasar anak lebih dahulu berkembang dibandingkan motorik halusny, sehingga perkembangan motorik kasar anak harus distimulasi secara optimal agar dapat mempengaruhi perkembangan lainnya.

Soemiarti Patmonodewo (2003: 32-33) menjelaskan bahwa anak usia TK mempunyai ciri fisik yang mudah dibedakan dengan anak yang berada dalam tahapan sebelumnya.

1. Anak prasekolah atau usia TK umumnya sangat aktif. Mereka memiliki penguasaan (kontrol) terhadap tubuhnya dan sangat menyukai kegiatan yang dilakukan sendiri. Mereka membutuhkan kegiatan fisik seperti berlari, memanjat, dan meloncat.
2. Anak membutuhkan waktu yang cukup untuk istirahat setelah mereka melakukan berbagai kegiatan.
3. Otot-otot besar pada anak TK lebih berkembang dari kontrol terhadap jari dan tangan. Oleh karena itu biasanya anak belum terampil. Anak masih sulit dalam melakukan kegiatan yang rumit seperti mengikat tali sepatu.
4. Anak masih sering mengalami kesulitan saat memfokuskan pandangan pada objek-objek yang kecil ukurannya misalnya lubang pada manik-manik. Sehingga koordinasi tangan dan matanya masih kurang sempurna.
5. Walaupun tubuh anak lentur tetapi tengkorak kepala yang melindungi otak masih lunak. Sehingga anak harus berhati-hati saat beraktivitas. Lebih baik apabila anak diberi pengertian tentang bahayanya.

Kesempatan bermain yang cukup serta stimulasi yang sesuai dengan perkembangan dan minat anak akan membantunya untuk bisa tumbuh dan berkembang secara optimal.

3. Perkembangan Motorik Anak Usia TK

Motorik merupakan berbagai bentuk perilaku gerak manusia. Perkembangan motorik merupakan aspek perkembangan yang penting bagi anak dan tentunya dapat dilihat secara langsung. Pertumbuhan berarti berkaitan dengan kuantitatif atau peningkatan dalam ukuran. Perkembangan berarti proses perubahan fungsi organ-organ tubuh (Sumantri, 2005: 46).

Perkembangan motorik adalah proses yang sejalan dengan bertambahnya usia secara bertahap dan berkesinambungan gerakan individu meningkat dari

keadaan sederhana, tidak terorganisir, dan tidak terampil ke arah penampilan keterampilan motorik yang kompleks dan terorganisir dengan baik (Sumantri, 2005: 47). Disepanjang kehidupan seseorang akan terjadi perkembangan dan pertumbuhan yang signifikan.

Sejalan dengan pendapat di atas Corbin, 1990 dalam Sumantri (2005: 69) mengemukakan bahwa perkembangan motorik adalah perubahan kemampuan gerak dari bayi sampai dewasa yang melibatkan berbagai aspek perilaku dan kemampuan gerak. Aspek perilaku dan perkembangan ini saling mempengaruhi. Perkembangan motorik bisa terjadi dengan baik apabila anak memperoleh kesempatan cukup besar untuk melakukan aktivitas fisik dalam bentuk gerakan-gerakan yang melibatkan keseluruhan bagian anggota-anggota tubuhnya.

Menurut Samsudin (2007: 15) motorik kasar adalah aktivitas dengan menggunakan otot-otot besar, meliputi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Gerak lokomotor seperti lari, jalan, loncat, lompat, dan jengket. Gerak non-lokomotor seperti mengulur, menekuk, mengayun, bergoyang, berbelok, berputar. Gerak manipulatif seperti mendorong, memukul, memantul, melempar, menendang, mengguling, menerima, dan menangkap.

Samsudin (2007: 21) menjelaskan agar bisa tumbuh dan berkembang dengan baik, anak TK memerlukan aktivitas fisik yang cukup dalam berbagai bentuk bermain yang bersifat memacu penggunaan otot-otot besar, permainan yang sederhana, mencoba-coba, mengembangkan kerja sama, menggunakan sarana bermain dengan ukuran besar yang bervariasi. Orang dewasa atau orang

tua anak sebaiknya memberi banyak kesempatan bagi anak-anaknya untuk melakukan aktifitas gerak fisik agar dapat berkembang dengan baik.

Dalam Kurikulum Taman Kanak-kanak (2010: 12) pada usia anak 4-5 tahun anak harus mencapai tingkat pencapaian perkembangan diantaranya adalah menirukan gerakan binatang, pohon tertiuip angin, pesawat terbang; melakukan gerakan menggantung/bergelayut; melakukan gerakan melompat, meloncat dan berlari secara terkoordinasi; melempar sesuatu secara terarah; menangkap sesuatu secara tepat; melakukan gerakan antisipasi; menendang sesuatu secara terarah; memanfaatkan alat permainan di luar kelas. Penelitian ini lebih mengacu pada tingkat pencapaian perkembangan yang ada pada Kurikulum Taman Kanak-kanak 2010.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik anak usia TK adalah perubahan kemampuan yang sejalan dengan bertambahnya usia secara bertahap dan berkesinambungan yang melibatkan berbagai aspek perilaku dan kemampuan gerak dari yang sederhana, tidak terorganisir, dan tidak terampil ke arah keterampilan motorik yang kompleks dan terorganisir dengan baik.

E. Penelitian Yang Relevan

Hasil penelitian Nuraini Hardiyanti dan Prof. Dr. Sukadiyanto, M.Pd berjudul Efektifitas Latihan *Hexagon Drill* dan *Zig-zag Run* terhadap Kelincahan Atlet Bulutangkis Putri Usia 10-12 Tahun di PB. PWS dan PB. Pancing Sleman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan efektifitas latihan

hexagon drill dan *zig-zag run* terhadap kelincahan atlet bulutangkis putri usia 10-12 tahun di PB. PWS dan PB. Pancing Sleman.

Penelitian ini merupakan penelitian *eksperimental* dalam bentuk *two-group pretest- posttest*. Teknik *sampling* dalam penelitian ini menggunakan *purposive sample* dari jumlah populasi atlet bulutangkis putri usia 10-12 tahun PB. PWS dan PB. Pancing Sleman. Subjek penelitian ini adalah 16 atlet putri PB. PWS dan 16 atlet putri PB. Pancing Sleman. Teknik pengambilan data menggunakan tes dan pengukuran kelincahan menggunakan *shuttle run*. Analisis data menggunakan uji T dua sampel berkorelasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode latihan *hexagon drill* dan *zig-zag run* berpengaruh pada peningkatan kelincahan atlet bulutangkis putri usia 10-12 tahun di PB. PWS dan PB. Pancing Sleman di mana latihan *hexagon drill* kurang efektif dibanding latihan *zig-zag run* dalam meningkatkan kelincahan atlet bulutangkis. Hal ini terlihat dari peningkatan rata-rata kelincahan sebesar 1,25 dengan probabilitas $0,000 < 0,05$ yang berarti signifikan pada kelompok *hexagon drill*. Peningkatan rata-rata kemampuan kelincahan pada kelompok *zig-zag run* sebesar 1,69 dengan probabilitas $0,000 < 0,05$ yang berarti signifikan. Uji T untuk mengetahui perbedaan pengaruh dari kedua metode menunjukkan probabilitas $0,027 < 0,05$ yang berarti signifikan latihan *zig-zag run* lebih efektif dibanding latihan *hexagon drill* dalam meningkatkan kelincahan atlet bulutangkis.

F. Kerangka Pikir

Kelincahan bagi anak merupakan sesuatu yang khas sesuai dengan kodratnya. Kelincahan harus menempati prioritas utama dalam melatih perkembangan motorik kasar setiap anak karena kelincahan merupakan salah satu komponen motorik yang ada dalam kebugaran jasmani. Anak yang ada dalam keadaan bugar jasmaninya akan mampu melakukan aktivitas tanpa cepat lelah atau loyo dan akan siap menghadapi tugas-tugas perkembangan selanjutnya.

Agar kelincahan anak berkembang dengan baik sehingga dapat mendukung perkembangan motorik kasarnya maka diperlukan kegiatan yang menarik dan menyenangkan bagi anak khususnya kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta. Salah satu kegiatan menarik ini adalah menggunakan kegiatan gerak lokomotor. Gerak lokomotor merupakan aktivitas pokok perpindahan posisi seseorang untuk beralih dari satu tempat ke tempat lain seperti jalan, lari, dan loncat. Melalui gerak lokomotor ini diharapkan dapat menjadi kegiatan yang tepat dan bervariasi dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta.

G. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian teori dan kerangka pikir yang dipaparkan di atas maka dapat diajukan rumusan hipotesis untuk penelitian ini yaitu gerak lokomotor dapat meningkatkan kelincahan bagi anak kelompok A2 TK ABA Gendingan.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Menurut Kasbolah (1998: 12) penelitian tindakan kelas adalah penelitian praktis yang dimaksudkan untuk memperbaiki pembelajaran di kelas. Tindakan tersebut dilakukan untuk meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan-tindakan mereka dalam melaksanakan tugas sehari-hari, memperdalam pemahaman tentang tindakan-tindakan yang dilakukan, serta memperbaiki kondisi praktik-praktik pembelajaran yang dilakukan.

PTK merupakan penelitian tindakan untuk memperbaiki mutu praktik pembelajaran di kelas. Dalam penelitian ini peneliti mengemukakan masalah dalam aspek perkembangan motorik kasar anak di TK ABA Gendingan yaitu kurangnya kelincahan anak saat melakukan gerakan motorik kasar dan kurangnya kegiatan yang menarik bagi anak yang mendukung kelincahan anak. Peneliti bermaksud memecahkan masalah tersebut dengan menggunakan kegiatan gerak lokomotor dalam upaya meningkatkan kelincahan anak dalam kemampuan motorik kasarnya di kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta.

Penelitian ini dilakukan secara kolaboratif dan partisipatif, peneliti dalam prosesnya bekerjasama dengan guru kelas. Guru kelas sebagai pelaksana dan peneliti sebagai observer yang mengamati seluruh perubahan yang terjadi pada anak. Peneliti terlibat langsung dalam perencanaan penelitian, mengamati, mencatat dan mengumpulkan data, menganalisa data dan membuat laporan hasil penelitian.

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah seluruh anak kelompok A2 di TK ABA Gendingan Yogyakarta tahun ajaran 2012/2013, yang berjumlah 15 anak. terdiri dari 10 anak perempuan dan 5 anak laki-laki.

C. Setting Penelitian

1. Tempat

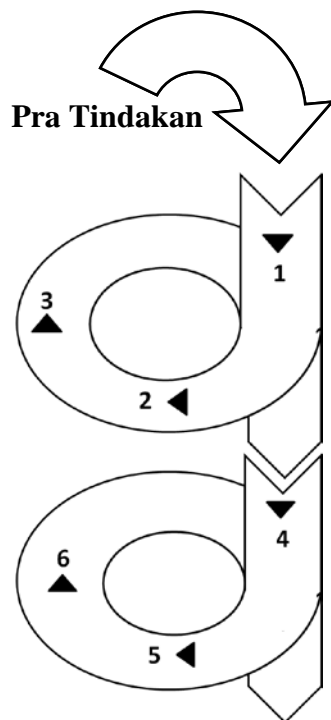
Lokasi penelitian dilaksanakan di TK ABA Gendingan Yogyakarta yang beralamat Jalan Wachid Hasyim no. 25 Komplek Masjid Pertiwi Gendingan, Ngampilan, Yogyakarta. Setting penelitian ini adalah suasana pembelajaran motorik kasar di luar kelas.

2. Waktu

Penelitian ini akan dilaksanakan pada semester 2 tahun pelajaran 2012/2013.

D. Desain Penelitian

Model penelitian yang dilakukan pada penelitian ini merupakan pengembangan model Kemmis dan Mc Taggart yang dimulai dari pra tindakan dan dilanjutkan dengan siklus 1 yang terdiri dari perencanaan, tindakan yang dilakukan dalam waktu bersamaan peneliti melakukan pengamatan, kemudian dilakukan refleksi atas tindakan yang telah dilakukan. Secara garis besar dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Keterangan:

- 1. Perencanaan I**
- 2. Tindakan dan Observasi I**
- 3. Refleksi I**
- 4. Perencanaan II**
- 5. Tindakan dan Observasi II**
- 6. Refleksi II**

Gambar 1. Model Penelitian Tindakan Kelas Kemmis dan Mc Taggart yang Dimodifikasi (Wijaya Kusuma dan Dedi Dwitagama, 2010: 20)

Berdasarkan uraian di atas maka alur pelaksanaan tindakan yang dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut: tahap perencanaan tindakan, pelaksanaan dan pengamatan tindakan, refleksi terhadap tindakan yang telah dilakukan.

1. Pra Tindakan

Pra tindakan merupakan kegiatan yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui dan mencatat kondisi awal dari subjek penelitian dalam hal ini adalah anak kelompok A2 TK ABA Gendingan.

2. Perencanaan (*Planning*)

Perencanaan merupakan tindakan yang akan dilakukan untuk meningkatkan kelincahan pada anak. Peneliti dan guru kelas merencanakan apa

saja yang akan dilakukan untuk mengatasi masalah yang terjadi di kelas berdasarkan hasil pengamatan awal. Selanjutnya peneliti dan guru kelas merancang pembelajaran untuk pemecahan masalah dalam meningkatkan kelincahan anak.

Peneliti dan guru kelas menetapkan waktu pelaksanaan penelitian dan membuat Rencana Pembelajaran Harian (RKH) yang sesuai dengan kegiatan yang akan dijadikan penelitian. Selanjutnya adalah menyusun dan mempersiapkan lembar observasi dan alat pendokumentasian kegiatan pembelajaran. Peneliti dan guru kelas tak lupa mempersiapkan peralatan dan tempat yang digunakan dalam penelitian.

3. Tindakan (*Action*) dan Observasi

Tindakan dalam penelitian ini menggunakan panduan dari perencanaan yang telah dibuat, namun bersifat terbuka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi saat pelaksanaan penelitian. Guru kelas berperan sebagai pelaksana dan peneliti sebagai pengamat. Pelaksanaan kegiatan sesuai dengan Rencana Kegiatan Harian yang sudah disiapkan oleh peneliti. Peneliti dan guru kelas bekerjasama dalam mengamati keaktifan dan kelincahan anak selama kegiatan berlangsung.

Observasi dilakukan oleh peneliti selama pelaksanaan tindakan berlangsung. Peneliti mengamati kegiatan pembelajaran di luar kelas melalui kegiatan lokomotor. Pengamatan berupa kesesuaian rencana antara aktivitas guru dan anak yang sedang berlangsung, minat dan perilaku anak ketika melaksanakan proses pembelajaran. Observasi dilakukan sesuai dengan instrumen yang dibuat

oleh peneliti dan telah divalidasi oleh dosen ahli. Observasi dilakukan peneliti dan guru kelas sebagai pelaksana.

4. Refleksi

Refleksi merupakan kegiatan mengkaji dan mempertimbangkan hasil yang diperoleh dari pengamatan. Data yang sudah diperoleh dari hasil observasi dianalisis kemudian dilakukan refleksi. Refleksi dilakukan oleh peneliti dan guru pendamping melalui diskusi. Diskusi ini dilakukan dengan memberikan penilaian terhadap proses yang sudah dilakukan, masalah yang muncul dan segala hal yang berkaitan dengan tindakan yang dilakukan. Setelah adanya refleksi ini maka peneliti dapat mencari solusi dari permasalahan-permasalahan yang mungkin timbul dan membuat rencana perbaikan untuk siklus berikutnya.

E. Metode dan Alat Pengumpul Data

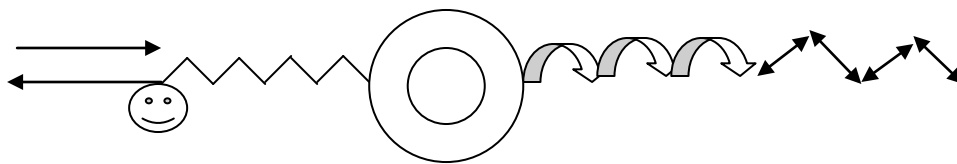
Metode pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas ini menggunakan observasi. Observasi merupakan pengambilan data untuk menilai sejauh mana efek tindakan mencapai sasaran. Menurut Suharsimi Arikunto (2008: 229) menyatakan bahwa mencatat data observasi bukanlah sekedar mencatat, tetapi juga mengadakan pertimbangan kemudian mengadakan penilaian kedalam suatu skala bertingkat.

Observasi dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan. Observasi ini dilakukan untuk melihat langsung bagaimana kelincahan anak. Dalam observasi ini peneliti bekerjasama dengan guru kelas atau guru pendamping. Dalam melakukan teknik observasi ini peneliti menggunakan instrumen berupa pedoman observasi.

F. Instrumen Penelitian

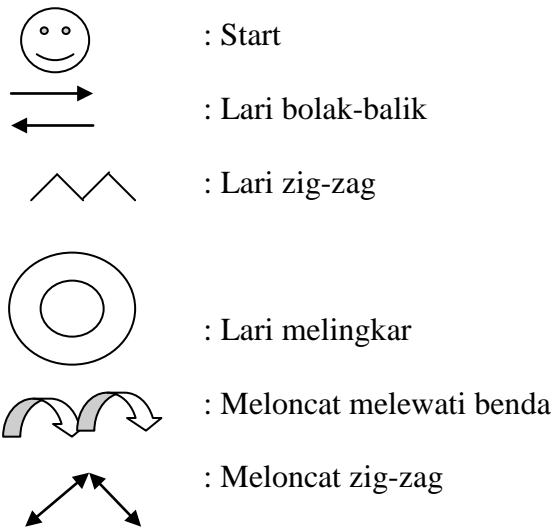
Penelitian ini menggunakan instrumen untuk mengumpulkan data-data yang valid. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Lembar observasi digunakan untuk mengamati pembelajaran lokomotor. Pada penelitian ini peneliti berkolaborasi dengan guru pendamping yang berperan sebagai pengamat terhadap perilaku dan kegiatan anak dalam proses pembelajaran. Lembar observasi ini berisi tentang kemampuan anak dalam melakukan gerak lokomotor yang diteliti yaitu berlari dan melompat.

Untuk mempermudah peneliti dalam mengamati kelincahan anak maka peneliti menggunakan desain kegiatan lokomotor. Penelitian ini akan menggunakan desain kegiatan yang terdiri dari beberapa gerakan yang diambil dari indikator gerakan berlari dan melompat secara berkelanjutan. Jarak setiap gerakan disesuaikan dengan perkembangan dan kemampuan dari usia anak yaitu gerakan lari bolak-balik, lari zig-zag, melompat melewati benda, dan melompat zig-zag masing-masing berjarak 2 meter sedangkan lari melingkar dengan diameter lingkaran 1 meter. Desain kegiatan ini dapat dilihat dari gambar berikut.

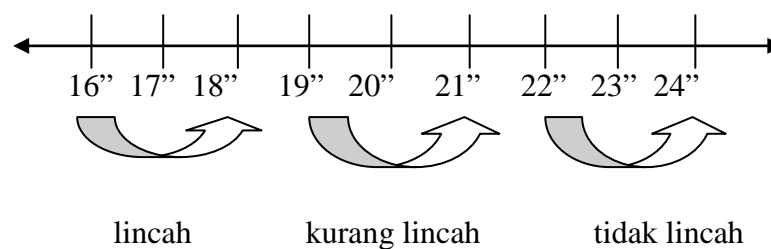


Gambar 2. Desain Kegiatan Locomotor

Keterangan:



Berdasarkan gambar 2 yaitu desain kegiatan maka diperoleh data awal dari anak kelompok A2 TK ABA Gendingan yang digunakan sebagai kriteria pencapaian tujuan yang telah dirumuskan sebelumnya yaitu Penilaian Acuan Patokan (PAP) (Ngalim Purwanto, 2006: 76). Interval waktu untuk melakukan kegiatan tersebut adalah 16 detik hingga 24 detik. Dari interval waktu itu akan dibagi dalam tiga kriteria yang akan digunakan sebagai patokan kelincahan pada anak kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta. PAP itu dapat digambarkan sebagai berikut.



Gambar 3. Penilaian Acuan Patokan (PAP)

Keterangan:

≤ 18 detik = Lincih

19 – 21 detik = Kurang lincih

≥ 22 detik = Tidak lincih

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Kelincahan Anak Usia Dini

Variabel	Stimulasi	Indikator
Kelincahan	Berlari	1. Berlari cepat dengan berbolak-balik arah 2. Lari berputar 3. Lari zig-zag
	Meloncat	1. Meloncat melewati benda 2. Meloncat zig-zag

Berdasarkan pengembangan kisi-kisi instrumen observasi mengembangkan kelincahan anak kelompok A2 TK ABA Gendingan melalui gerak lokomotor, maka kriteria penilaian terdiri dari dua instrumen yaitu penilaian kemampuan lokomotor dan penilaian kelincahan anak. Instrumen tersebut dapat dilihat dalam lampiran 2 halaman 85.

G. Indikator Keberhasilan

Kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan dinyatakan berhasil apabila terjadi perubahan yaitu berupa peningkatan kemampuan yang diperoleh oleh anak. Indikator keberhasilan dalam penelitian ini adalah adanya perubahan anak didik dalam kelincahan saat melakukan kegiatan motorik kasar. Anak dapat melakukan gerakan berlari dan meloncat dengan gerakan yang lincih sehingga indikator yang ditargetkan dapat tercapai. Suatu pelajaran dapat dinilai berhasil apabila hasil

yang dicapai oleh anak adalah 75% atau lebih anak telah menguasai bahan pelajaran yang bersangkutan (Ngalim Purwanto, 2006: 112). Pada penelitian ini keberhasilannya dapat diukur apabila 75% dari jumlah anak yaitu 15 anak mendapat nilai dengan kriteria baik. Kriteria berupa persentase kesesuaian (Suharsimi Arikunto, 2004: 18).

Pencapaian	81 – 100%	= Sangat baik
	61 – 80%	= Baik
	41 – 60%	= Cukup
	21 – 40%	= Kurang
	< 20%	= Kurang sekali

Berdasarkan kriteria tersebut untuk menghitung persentase kesesuaian dapat menggunakan rumus yang dijelaskan oleh Muhammad Ali (1995: 184) sebagai berikut:

$\% = \frac{\text{Jumlah anak yang mencapai kriteria}}{\text{Jumlah anak}} \times 100$
--

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di TK ABA Gendingan, Notoprajan, Ngampilan, Yogyakarta. TK ini berada di Komplek Masjid Pertiwi Gendingan tepatnya di Jalan Wakhid Hasyim No. 25 Ngampilan Yogyakarta. TK ABA Gendingan sudah berdiri sejak tahun 1967. Anak di TK ABA Gendingan setiap tahunnya mengalami kenaikan, tahun ini berjumlah 90 anak. Anak dikelompokkan menjadi 4 kelas, yaitu 2 kelompok A dan 2 kelompok B. Kelompok A terdiri dari anak-anak yang berusia 4-5 tahun dan kelompok B anak-anak yang berusia 5-6 tahun.

2. Subjek Penelitian

Subjek dari penelitian ini adalah anak kelompok A2 yang berjumlah 15 anak yang terdiri dari 5 anak putra dan 10 anak putri. Model pembelajaran yang digunakan di kelas ini adalah model pembelajaran sudut.

B. Deskripsi Kondisi Awal Pra Tindakan

Kegiatan awal dalam penelitian ini adalah melakukan observasi pada proses pembelajaran motorik kasar yang berhubungan dengan kelincahan anak di kelompok A2. Observasi ini dilakukan selama 4 hari yaitu pada tanggal 4, 6, 8 dan 9 Mei 2013. Pembelajaran motorik kasar dilaksanakan di depan kelas dan di aula TK.

Pada hari pertama observasi yaitu pada tanggal 4 Mei 2013, guru kelas mengajak anak untuk melakukan kegiatan motorik kasar di depan kelas setelah

mereka selesai berbaris. Guru menyiapkan kertas putih sebagai batas permulaan dan akhir kegiatan. Guru menjelaskan kegiatan motorik kasar yang akan dilakukan yaitu meloncat lurus. Ada beberapa anak yang memperhatikan saat guru menjelaskan dan beberapa anak lainnya justru sibuk berbicara sendiri. Dapat dilihat bahwa antusias anak terhadap kegiatan tersebut sangat kurang.

Kegiatan yang dilakukan saat itu terlihat kurang menarik bagi anak, media dan tempatnya juga kurang mendukung. Anak merasa bosan sehingga saat melakukan kegiatan tersebut anak menjadi kurang maksimal. Satu persatu anak melakukan gerakan meloncat lurus. Gerakan meloncat yang sudah dilakukan oleh anak terlihat belum sesuai dengan gerakan yang seharusnya. Banyak anak yang masih menggunakan tumpuan satu kaki saja saat mendarat. Anak terlihat kesulitan saat harus menumpukan kedua kakinya secara bersamaan. Ada 3 anak yang terjatuh saat melakukan gerakan meloncat karena posisi tubuhnya belum bisa seimbang.

Pada observasi hari kedua yaitu tanggal 6 Mei 2013, kegiatan motorik yang dilakukan di kelas A2 adalah meloncat zig-zag. Kegiatan yang dilakukan hampir sama dengan kegiatan meloncat lurus yang dilakukan tanggal 4 Mei 2013 yaitu anak meloncat dari depan kelas menuju ke dalam kelas. Guru memberi contoh terlebih dahulu kegiatan meloncat zig-zag. Anak melakukan kegiatan meloncat zig-zag tanpa menggunakan media. Gerakan meloncat zig-zag juga belum sesuai, anak masih kesulitan saat harus menggerakkan kedua kakinya secara bersamaan ke kiri dan ke kanan. Loncatan anak juga belum teratur, banyak anak tidak meloncat zig-zag tetapi malah melompat maupun berlari lurus.

Berdasarkan observasi hari pertama dan kedua dapat disimpulkan bahwa kemampuan anak dalam melakukan gerakan melompat masih belum optimal sehingga kelincuhan anakpun masih kurang.

Pada hari ketiga, peneliti melakukan observasi yaitu tanggal 8 Mei 2013 guru kelas mengajak anak untuk melakukan kegiatan fisik di aula TK. Guru menggunakan kertas putih sebagai media pembelajaran. Guru menjelaskan kegiatan hari ini yaitu lari bolak-balik dan lari zig-zag secara bergantian dengan arena yang sama untuk masing-masing gerakan. Minat anak terlihat kurang untuk melakukan kegiatan ini.

Gerakan lari yang dilakukan oleh anak masih kurang optimal. Terdapat 7 anak yang tidak melakukan gerakan berlari tetapi malah berjalan. Irama kaki anak juga belum sesuai. Dalam mengubah arah, anak masih kurang cepat dan terlihat ragu-ragu. Dari hasil observasi hari ketiga ini dapat disimpulkan bahwa gerakan berlari anak belum optimal sehingga kelincuhan anak masih kurang.

Pada observasi hari terakhir yaitu tanggal 9 mei 2013, peneliti mengamati kegiatan lari melingkar yang dilakukan di aula depan TK. Guru hanya menyuruh anak berlari melingkar dengan batasan kertas putih sebagai pemula dan akhir kegiatan berlari. Terlihat motivasi anak kurang untuk mengikuti kegiatan lari melingkar.

Berdasarkan gambaran kegiatan mengajar selama 4 hari yang sudah dikemukakan di atas dapat simpulkan bahwa guru kurang optimal dalam menstimulasi kelincuhan anak-anak di kelompok A2 TK ABA Gendingan. Hal tersebut dikarenakan metode yang dilakukan oleh guru dalam menstimulasi

kelincahan anak terlalu monoton kurang bervariasi sehingga minat anak berkurang dan pesan pembelajaran tidak dapat diterima anak secara optimal. Kegiatan motorik kasar yang mendukung kelincahan anak selama ini tidak secara teratur dilakukan. Guru lebih memperhatikan kegiatan yang mendukung perkembangan kognitif dan motorik halus anak dengan mengesampingkan perkembangan motorik kasarnya. Peneliti melakukan koordinasi dengan guru kelas tentang rencana melakukan perbaikan pembelajaran motorik kasar dengan metode pembelajaran yang baru yaitu gerak lokomotor.

Berdasarkan lembar penilaian yang sudah didokumentasikan didapatkan hasil bahwa masih banyak anak yang belum memenuhi indikator capaian perkembangan yang semestinya dapat dicapai oleh anak. Hasil tersebut dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 2. Persentase Kemampuan Locomotor Anak pada Kegiatan Pra Tindakan

Aspek yang Diamati														
Anak dapat lari bolak-balik			Anak dapat lari zig-zag			Anak dapat lari melingkar			Anak dapat meloncati benda			Anak dapat meloncat zig-zag		
M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
3 anak	7 anak	5 anak	1 anak	3 anak	11 anak	2 anak	9 anak	4 anak	1 anak	4 anak	10 anak	1 anak	3 anak	11 anak
20%	46,7%	33,3%	6,7%	20%	73,3%	13,3%	60%	26,7%	6,7%	26,7%	66,7%	6,7%	20%	73,3%

Dari lembar observasi penilaian pada pra tindakan (Lampiran. 4 hal. 93) didapat skor dari lima indikator dari kemampuan lokomotor dan skor rata-rata sebagai berikut:

Tabel 3. Rentang Skor Kemampuan Lokomotor Anak pada Pra Tindakan

Rentang Skor	Jumlah	%	Kriteria
1-5	1	6,7	Belum mampu
6-10	13	86,6	Kurang mampu
11-15	1	6,7	Mampu

Rata-rata

Dari tabel-tabel diatas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Pada indikator lari bolak-balik diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan lari bolak-balik ada 3 anak atau 20%, 7 anak atau 46,7% kurang mampu, dan belum mampu ada 5 anak atau 33%.
2. Pada indikator lari zig-zag diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan lari zig-zag ada 1 anak atau 6,7%, 3 anak atau 20% kurang mampu, dan 11 anak atau 73,3% belum mampu.
3. Pada indikator lari melingkar diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan lari melingkar ada 2 anak atau 13,3%, 9 anak atau 60% kurang mampu, dan 4 anak atau 26, 7% belum mampu.
4. Pada indikator meloncati benda diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan meloncati benda ada 1 anak atau 6,7%, 4 anak atau 26,7% kurang mampu, dan 10 anak atau 66, 7% belum mampu.
5. Pada indikator loncat zig-zag diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan loncat zig-zag benda ada 1 anak atau 6,7%, 3 anak atau 20% kurang mampu, dan 11 anak atau 73,3% belum mampu.
6. Dari lembar observasi kelincahan anak menggunakan desain kegiatan lokomotor maka dapat dilihat bahwa 2 anak atau 13,3% lincah, 5 anak atau 33,3% kurang lincah, dan 8 anak atau 53,4% anak belum lincah.

Berdasarkan data yang sudah peneliti peroleh dapat disimpulkan bahwa kelincahan anak kelompok A2 sebelum diberikan tindakan masih belum mampu. Hal tersebut dikarenakan kurangnya kegiatan yang mendukung perkembangan motorik anak. Minat anak dalam melakukan kegiatan fisik masih kurang

dikarenakan kegiatan yang dilakukan selama ini terlalu monoton dan kurang variatif, guru memberikan kegiatan motorik kasar yang belum sesuai dengan minat anak. Selama ini guru hanya memanfaatkan ruang kelas maupun aula sekolah sebagai arena kegiatan motorik kasar anak sehingga ruang gerak anak tidak bisa luas. Penggunaan alat-alat untuk kegiatan motorik kasar juga minim mengakibatkan anak kurang tertarik.

C. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Siklus I

Siklus I dilaksanakan dalam tiga kali pertemuan. Setiap siklus terdiri dari empat komponen tindakan yaitu perencanaan, tindakan dan observasi, serta refleksi.

a. Perencanaan Tindakan Siklus I

Pada siklus I ini dimulai dengan tahap perencanaan. Tahap perencanaan pada siklus ini, peneliti berdiskusi dengan guru kelas kelompok A2 TK ABA Gendingan tentang kegiatan yang akan diberikan selama penelitian. Peneliti memberikan penjelasan terlebih dahulu tentang desain kegiatan gerak lokomotor yang dapat mengembangkan kelincahan anak.

Peneliti bersama guru kelas membuat perencanaan pembelajaran yang disebut dengan Rencana Kegiatan Harian (RKH) sesuai dengan program semester Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) TK ABA Gendingan dan disesuaikan dengan kebutuhan peneliti. Peneliti menyiapkan media untuk membuat desain kegiatan Locomotor dari bahan karton, kardus snack, dan matras ukuran 30x30 cm.

b. Pelaksanaan Tindakan Siklus I

Pada tahap pelaksanaan tindakan guru kelas melaksanakan kegiatan pembelajaran yang sudah direncanakan pada hari sebelumnya. Pelaksanaan tindakan ini bersifat luwes atau terbuka terhadap perubahan sesuai dengan keadaan yang terjadi di lapangan. Kegiatan yang ada pada siklus I ini terdiri dari kegiatan lari bolak-balik, lari zig-zag, lari melingkar, meloncati benda, dan meloncat zig-zag secara berturut-turut. Kegiatan dilaksanakan di lapangan kecamatan Ngampilan yang letaknya tidak jauh dari TK.

Pada siklus ini kegiatan lokomotor dilakukan anak sendiri-sendiri secara bergantian. Perbedaan pada setiap pertemuan terletak pada kardus yang diloncati oleh anak. Pada pertemuan 1 menggunakan kardus snack ukuran 15x10x5 cm, pertemuan 2 menggunakan kardus snack ukuran 17x12x5cm dan terakhir menggunakan kardus snack ukuran 20x10x7 cm. Perbedaan ukuran kardus ini bertujuan agar loncatan anak semakin jauh secara bertahap, namun jarak yang diloncati dan jumlah kardus tetap sama yaitu jarak 2 meter menggunakan 3 kardus snack.

1) Siklus I Pertemuan I

Penelitian ini dilaksanakan pada hari senin tanggal 13 mei 2013 selama 180 menit. Tema pada minggu ini adalah Alam Semesta dengan sub tema Gejala Alam yaitu tentang gunung meletus. Tingkat Pencapaian Perkembangan yang akan dijadikan penelitian adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi. Capaian Perkembangan: (1) Melakukan gerakan

meloncat, (2) Melakukan gerakan berlari. Indikator yang dikembangkan pada hari ini adalah (1) berlari cepat, (2) Meloncat dengan rintangan.

Guru mengawali pembelajaran dengan berdoa, salam, dan presensi. Anak menyanyi Mars TK ABA dilanjutkan dengan hafalan surat Al-Kafirun dan Al-Lahab. Setelah melakukan kegiatan apersepsi guru menjelaskan tentang kegiatan fisik hari ini yaitu kegiatan gerak lokomotor yang akan dilaksanakan di lapangan Kecamatan Ngampilan. Anak diajak ke lapangan dan membentuk lingkaran. Anak bernyanyi dan melakukan gerakan pemanasan dengan menggerakkan kepala-tangan-kaki-badannya secara bergantian.

Selesai melakukan gerakan pemanasan, anak melihat desain kegiatan lokomotor yang sudah disiapkan guru. Guru memberi contoh bagaimana cara melakukan gerakan lokomotor yang benar. Selanjutnya anak diminta menyebutkan urutan kegiatan lokomotor yaitu berlari bolak-balik, lari zig-zag, lari melingkar, meloncati benda, meloncat zig-zag. Setelah anak mengetahui urutan gerak lokomotor yang harus dilalui maka anak melakukan gerakan-gerakan berlari dan meloncat sesuai dengan desain kegiatan secara bergantian satu persatu. Untuk menstabilkan kembali kondisi tubuh anak maka anak melakukan gerakan pendinginan.

Kegiatan inti dimulai dengan cerita tentang gunung meletus. Anak mendengarkan cerita tentang gunung meletus menggunakan media gambar. Setelah anak mengetahui cerita tentang gunung meletus, guru mengajak anak untuk melakukan percobaan gunung meletus. Anak menyebutkan bahan yang digunakan untuk percobaan gunung meletus dan melakukan percobaan gunung

meletus secara bergantian. Selesai melakukan percobaan anak menceritakan kembali proses gunung meletus, dilanjutkan dengan membuat coretan yang membentuk gunung meletus dan melukis gunung menggunakan finger painting.

Kegiatan akhir, anak mendengarkan cerita guru tentang anak yang suka berbagi pada temannya. Setelah itu anak demontrasi berbagi makanan dengan teman. Kegiatan hari ini diakhiri dengan diskusi, pesan, berdoa, dan salam.

2) Siklus I Pertemuan 2

Penelitian pada siklus I pertemuan 2 ini dilaksanakan pada hari rabu tanggal 15 Mei 2013. Sub tema hari ini adalah tentang gejala alam yaitu gerhana matahari. Tingkat Pencapaian Perkembangan yang digunakan untuk penelitian adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi. Capaian perkembangannya adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, berlari secara terkoordinasi. Indikator yang akan dikembangkan adalah berlari sambil meloncat.

Kegiatan awal diawali dengan baris, ikrar, berdoa, salam, dan presensi. Anak menyebutkan amal usaha Aisyiyah dan dilanjutkan dengan menghafal surat Al-Humazah. Setelah melakukan kegiatan apersepsi guru mengajak anak ke lapangan dan membentuk lingkaran. Anak melakukan gerakan pemanasan sambil bernyanyi “Main dalam Lingkaran”.

Anak melihat desain kegiatan lokomotor dengan menggunakan kardus snack dengan ukuran yang lebih besar. Anak menyebutkan urutan kegiatan yaitu berlari bolak-balik, lari zig-zag, lari melingkar, meloncati benda, meloncat zig-zag. Selanjutnya anak melakukan gerakan berlari dan meloncat sesuai dengan

desain kegiatan secara bergantian. Setelah semua anak melakukan gerakan lokomotor anak melakukan gerakan pendinginan dan siap melakukan pembelajaran selanjutnya.

Kegiatan inti, anak mengikuti syair lagu gerhana dan menyanyikannya bersama guru. Setelah itu, anak melihat video tentang gerhana matahari dan mendengarkan cerita guru tentang gerhana matahari. Selesai melihat video dan mendengarkan cerita, anak menceritakan kembali tentang proses terjadinya gerhana. Selanjutnya, anak menyelesaikan tugas hari ini yaitu menggunting gambar matahari-bumi-bulan dan menirukan pola matahari-bulan-bumi dengan menempelkannya pada kertas.

Kegiatan akhir, anak mendengarkan cerita guru tentang pentingnya kebersihan lingkungan dan mempraktekannya dengan membuang sampah pada tempatnya. Kegiatan hari ini diakhiri dengan diskusi kegiatan hari ini, kesan, pesan, berdoa, dan salam.

3) Siklus I Pertemuan 3

Pertemuan terakhir pada siklus I ini dilaksanakan pada hari jumat tanggal 17 Mei 2013. Sub tema hari ini tentang gejala alam yaitu petir. Tingkat Pencapaian Perkembangan kegiatan motorik kasar hari ini adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi. Capaian perkembangannya adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, berlari secara terkoordinasi. Indikator yang dikembangkan adalah berlari dan meloncat dalam rintangan.

Kegiatan diawali dengan baris, ikrar, berdoa, salam, dan presensi. Anak mendengarkan cerita guru tentang petir dan menghafalkan doa mendengar petir. Setelah itu, guru mengajak anak ke lapangan dan membentuk lingkaran. Anak melakukan gerakan pemanasan sambil bernyanyi “Satu Dua Tiga Mari Gerak Badan”. Selesai melakukan gerakan pemanasan, anak melihat guru mencontohkan gerakan lokomotor yang benar. Selanjutnya, anak melakukan gerakan-gerakan berlari dan melompat sesuai dengan desain kegiatan lokomotor dan melakukan gerakan pendinginan.

Kegiatan inti, anak melihat video tentang petir dan berdiskusi mengapa bisa terjadi petir. Anak mendengar cerita guru bagaimana jika ada petir dan dilanjutkan dengan menceritakan pengalaman anak saat ada petir. Pemberian tugas untuk hari ini adalah meniru gambar petir dari garis miring dan datar.

Kegiatan akhir, anak mendengarkan cerita guru tentang kelanjutan pendidikan dari TK ABA. Setelah itu, anak menceritakan keinginannya setelah lulus dari TK ABA secara bergantian. Kegiatan hari ini diakhiri dengan diskusi pembelajaran hari ini, kesan, kuis, doa, dan salam.

c. Observasi

Observasi dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan pada siklus ini untuk mengamati kelincuhan pada anak. Observasi ini mencatatkan perubahan yang terjadi selama penelitian berlangsung. Hasil pengamatan lapangan ditulis dalam lembar observasi dari data observasi yang memiliki nilai terbaik dari tiga kali pertemuan pada siklus I ini.

d. Refleksi

Berdasarkan hasil observasi yang sudah diperoleh dapat disimpulkan bahwa masih banyak anak yang kurang bisa dan kurang lincah dalam melakukan gerak lokomotor. Hal ini dapat dilihat dari tabel rentang skor anak berikut ini.

Tabel 5. Persentase Kemampuan Locomotor Anak pada Kegiatan Siklus I

Aspek yang Diamati														
Anak dapat lari bolak-balik			Anak dapat lari zig-zag			Anak dapat lari melingkar			Anak dapat meloncati benda			Anak dapat meloncat zig-zag		
M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
9 anak	5 anak	1 anak	2 anak	7 anak	6 anak	7 anak	7 anak	1 anak	2 anak	10 anak	3 anak	2 anak	9 anak	4 anak
60 %	33,3%	6,7%	13,3%	46,7%	40 %	46,7%	46,7%	6,6%	13,3%	66,7%	20 %	13,3 %	60%	26,7 %

Skor dari lima indikator kemampuan lokomotor pada siklus I (lampiran 5 halaman 108) diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 6. Rentang Skor Kemampuan Locomotor Anak pada Siklus I

Rentang Skor	Jumlah	%	Kriteria
1-5	0	0	Belum mampu
6-10	8	53,3	Kurang mampu
11-15	7	46,7	Mampu

Rata-rata

idealnya 15. Selanjutnya berdasarkan lembar observasi kelincahan anak yang sudah peneliti peroleh dari siklus I maka dapat dilihat persentasenya sebagai berikut:

Tabel 7. Persentase Kelincahan Gerak Lokomotor pada Kegiatan Siklus 1

Kelincahan Gerak Lokomotor		
L	KL	BL
8 anak	4 anak	3 anak
53,3%	26,7%	20 %

Dari tabel-tabel diatas dapat dijelaskan sebagai berikut

1. Pada indikator lari bolak-balik diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan lari bolak-balik ada 9 anak atau 60%, 5 anak atau 33,3% kurang mampu, dan belum mampu ada 1 anak atau 6,7%.
2. Pada indikator lari zig-zag diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan lari zig-zag ada 2 anak atau 13,3%, 7 anak atau 46,7% kurang mampu, dan 6 anak atau 40% belum mampu.
3. Pada indikator lari melingkar diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan lari melingkar ada 7 anak atau 46,7%, 7 anak atau 46,7% kurang mampu, dan 1 anak atau 6,6% belum mampu.
4. Pada indikator meloncati benda diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan meloncati benda ada 2 anak atau 13,3%, 10 anak atau 66,7% kurang mampu, dan 3 anak atau 20% belum mampu.

5. Pada indikator loncat zig-zag diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan loncat zig-zag benda ada 2 anak atau 13,3%, 9 anak atau 60% kurang mampu, dan 4 anak atau 26,7% belum mampu.
6. Dari lembar observasi kelincahan anak menggunakan desain kegiatan lokomotor maka dapat dilihat bahwa 8 anak atau 53,3% lincah, 4 anak atau 26,7% kurang lincah, dan 3 anak atau 20% anak belum lincah.

Berdasarkan hasil observasi pada tabel 5 dan tabel 7 dapat dilihat perbandingan persentase pencapaian hasil belajar kemampuan lokomotor anak pada pra tindakan dengan siklus I. Selanjutnya dapat dilihat peningkatan kemampuan lokomotornya. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 8. Perbandingan Persentase Kemampuan Locomotor Anak pada Pra Tindakan dengan Siklus I

Aspek yang diamati	Pratindakan			Siklus 1			Perubahan		
Anak dapat lari bolak-balik	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	20%	46,7%	33,3%	60%	33,3%	6,7%	40%	13,4%	26,6%
Anak dapat lari zig-zag	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	6,7%	20%	73,3%	13,3%	46,7%	40%	6,6%	26,7%	33,3%
Anak dapat lari melingkar	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	13,3%	60%	26,7%	46,7%	46,7%	6,6%	33,4%	13,3%	20,1%
Anak dapat meloncati benda	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	6,7%	26,7%	66,7%	13,3%	66,7%	20%	6,6%	70%	46,7%
Anak dapat meloncat zig-zag	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	6,7%	20%	73,3%	13,3%	60%	26,7%	6,6%	40%	46,6%

Dari data perbandingan persentase kelincahan anak pada kegiatan pra tindakan dengan siklus I yaitu dari tabel 6 dan tabel 9 terdapat peningkatan

persentase anak dalam kelincahan. Peningkatan persentase tersebut dapat dilihat berdasarkan tabel berikut ini:

Tabel 9. Perbandingan dan Peningkatan Persentase Kelincahan Gerak Lokomotor Anak pada Pra Tindakan dengan Siklus I

	L	KL	BL
Pratindakan	13,3%	33,3%	53,4%
Siklus 1	53,3%	26,7%	20 %
Perubahan	40%	-6,6%	-33,4%

Dari data yang sudah diperoleh pada siklus 1 dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Anak yang mampu lari bolak-balik meningkat sebesar 40%. Peningkatan ini disebabkan karena anak yang kurang mampu lari bolak-balik menurun sebesar 13,4% anak dan yang belum mampu lari bolak balik turun 26,6%.
2. Anak yang mampu lari zig-zag hanya meningkat 6,6%. Peningkatan tersebut hanya kecil dikarenakan anak yang kurang mampu lari zig-zag meningkat 26,7% dan anak yang belum mampu lari zig-zag menurun sebesar 33,3%.
3. Anak yang mampu lari melingkar meningkat sebesar 33,4%. Peningkatan ini disebabkan karena anak yang kurang mampu lari melingkar menurun sebesar 13,3% dan yang belum mampu lari melingkar menurun 20,1%.
4. Anak yang mampu meloncati benda hanya meningkat sebesar 6,6%. Peningkatan tersebut hanya kecil karena anak yang kurang mampu meloncati benda naik meningkat 40% dan anak yang belum mampu meloncati benda menurun sebesar 46,7%.

5. Anak yang mampu meloncat zig-zag hanya meningkat sebesar 6,6%. Peningkatan tersebut hanya kecil karena anak yang kurang mampu meloncat zig-zag naik meningkat 40% dan anak yang belum mampu meloncat zig-zag menurun sebesar 46,7%.
6. Kelincahan anak pada gerak lokomotor meningkat sebesar 40%. Peningkatan ini dikarenakan anak yang kurang lincah menurun 6,6% dan anak yang belum lincah menurun sebesar 33,4%.
7. Maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan dan kelincahan gerak lokomotor dan kelincahan anak kelompok A2 TK ABA Gendingan mulai berkembang.
8. Dari hasil pengamatan dan evaluasi dapat dilihat bahwa kelincahan anak kelompok A2 TK ABA Gendingan menggunakan desain kegiatan lokomotor baru mulai berkembang dikarenakan anak melakukan kegiatan lokomotor ini secara individu bukan kompetisi, selain itu pada siklus ini juga belum ada *reward* bagi anak yang memenuhi kriteria tertentu sehingga motivasi intrinsik anak masih kurang optimal.
9. Berdasarkan hasil yang peneliti peroleh maka peneliti melakukan tindakan selanjutnya dikarenakan masih banyak anak yang kurang lincah dalam melakukan gerak lokomotor.

2. Hipotesis Siklus II

Berdasarkan hasil dari siklus I yang sudah peneliti peroleh maka dapat diajukan rumusan hipotesis untuk siklus II yaitu gerak lokomotor dengan cara berkompetisi dan perolehan *reward* dapat meningkatkan kelincahan bagi anak kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta.

3. Siklus II

a. Rencana Tindakan Siklus II

Rencana pada siklus II ini disusun agar dapat lebih mengoptimalkan penggunaan kegiatan lokomotor sebagai salah satu kegiatan yang dapat meningkatkan kelincahan anak kelompok A2 TK ABA Gendingan. Berdasarkan kekurangan-kekurangan yang ada pada siklus I maka peneliti dan guru kelas melakukan diskusi. Melalui berbagai pertimbangan maka pada siklus II ini kegiatan gerak lokomotor dilakukan secara kompetisi. Tujuannya agar anak lebih termotivasi sehingga kelincahan anak akan meningkat. Tempat yang digunakan untuk penelitianpun berganti-ganti untuk memberi suasana baru bagi anak. Pemberian *reward* berupa bintang bagi anak sesuai dengan kriteria dalam kompetisi juga akan semakin memotivasi anak untuk lebih aktif dan semangat.

Setelah melihat berbagai pertimbangan diatas maka peneliti dan guru kelas membuat jadwal kegiatan dan RKH selama tiga kali pertemuan. Peneliti dan guru kelas juga menyiapkan dua desain kegiatan yang sama dan menyiapkan bintang sebagai *reward* bagi anak yang menang.

b. Pelaksanaan Siklus II

Tahap pelaksanaan tindakan siklus II ini merupakan perbaikan dari siklus I. Berdasarkan dari beberapa evaluasi dari siklus I diharapkan pada siklus II ini dapat memaksimalkan kelincahan anak kelompok A2 TK ABA Gendingan. Kegiatan yang ada pada siklus II ini sama dengan siklus I namun dilaksanakan secara kompetisi. Anak berlomba secara berpasangan dengan menggunakan 2 desain kegiatan yang sama. Aturan pada kegiatan lokomotor secara kompetisi ini

disampaikan terlebih dahulu pada anak. Bukan kecepatan sampai batas finish saja yang perlu diperhatikan namun juga setiap gerakan lokomotor harus sesuai dengan gerakan yang sebenarnya.

1) Siklus II Pertemuan I

Siklus II dimulai pada hari senin tanggal 20 Mei 2013 selama 180 menit. Tema pada minggu ini masih sama dengan minggu lalu yaitu Alam Semesta dengan sub tema Gejala Alam. Kegiatan hari ini adalah tentang banjir. Tingkat Pencapaian Perkembangan untuk kegiatan motorik kasarnya adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi. Capaian perkembangan yang diambil adalah (1) melakukan gerakan meloncat, (2) melakukan gerakan berlari. Indikator yang dikembangkan adalah (1) berlari cepat, (2) meloncat dengan rintangan.

Kegiatan awal, guru mengawali pembelajaran dengan berdoa, salam, dan presensi. Anak menyanyi Mars TK ABA dilanjutkan dengan hafalan surat Al-Humazah. Kemudian, anak menyanyikan lagu “Allah Pencipta Alam Semesta”. Selesai kegiatan apersepsi guru mengajak anak ke lapangan RT 02 yang berada di dekat TK. Anak melakukan gerakan pemanasan yaitu menirukan gerakan banjir. Sebelum kegiatan gerak lokomotor dimulai, guru terlebih dahulu menjelaskan perbedaan kegiatan gerak lokomotor hari dengan sebelumnya yaitu dilakukan secara kompetisi dan adanya *reward*. Kemudian, guru menjelaskan aturan main pada lomba gerak lokomotor dan kriteria yang bisa mendapatkan bintang hari ini adalah yang bisa lebih cepat dari lawan mainnya sampai titik *finish*. Selanjutnya anak melakukan lomba gerak lokomotor dan melakukan gerakan pendinginan.

Kegiatan inti, anak melihat gambar banjir dan memberi pendapat tentang terjadinya banjir. Setelah itu, anak mendengarkan cerita guru apa yang harus dilakukan jika terjadi banjir dan stimulasi penyelamatan korban banjir. Pemberian tugas untuk hari ini adalah mencocok gambar pola perahu karet dan menempelkan hasil cocokan gambar perahu karet pada gambar daerah yang kebanjiran.

Kegiatan akhir, anak bercerita tentang banjir di kali Winongo yang terjadi 2 tahun lalu. Kemudian, anak bercerita saat ikut membantu tetangga yang kebanjiran dengan menyediakan tempat pengungsian dan menyediakan makanan. Kegiatan hari ini diakhiri dengan diskusi pembelajaran hari ini, pesan, kesan, doa, dan salam.

2) Siklus II Pertemuan 2

Pertemuan kedua pada siklus II ini dilaksanakan pada hari rabu tanggal 22 Mei 2013. Sub tema hari ini adalah gejala alam yaitu tentang gempa. Tingkat Pencapaian Perkembangan untuk kegiatan motorik kasar hari ini adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi. Capaian perkembangannya adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, berlari secara terkoordinasi. Indikator yang dikembangkan adalah berlari sambil meloncat.

Kegiatan awal, guru mengawali pembelajaran dengan baris, ikrar, berdoa, salam, presensi, dan hafalan Ayat Kursi. Anak mendengarkan cerita guru tentang organisasi 'Aisyiyah. Selanjutnya guru mengajak anak ke lapangan RT dan membentuk lingkaran. Anak melakukan gerakan pemanasan yaitu bergerak dan tepuk "Gempa". Setelah melakukan gerakan pemanasan, anak mendengarkan lagi aturan main tentang lomba gerak lokomotor dan kriteria yang bisa mendapatkan

bintang hari ini adalah yang bisa lebih cepat dari lawan mainnya sampai titik finish dengan gerakan lokomotor yang sesuai.

Anak menyebutkan urutan gerakan yaitu berlari bolak-balik, lari zig-zag, lari melingkar, meloncati benda, dan meloncat zig-zag. Setelah itu anak melakukan gerakan-gerakan berlari dan meloncat secara kompetisi. Anak yang sesuai kriteria mendapatkan bintang dari guru. Selanjutnya, anak melakukan gerakan pendinginan.

Kegiatan inti, anak mendengarkan cerita guru tentang gempa. Anak menirukan kata gempa tektonik dan gempa vulkanik. Setelah itu, anak menghitung gambar benda yang berjatuhan karena terkena gempa kemudian melingkari lambang bilangan sesuai dengan jumlahnya. Kegiatan anak lainnya adalah membuat rumah dari balok dan stimulasi gempa. Selanjutnya, anak merapikan balok sampai rapi kembali.

Kegiatan akhir, anak mendengarkan musik klasik dan menari sesuai dengan irama musiknya. Guru mengajak anak untuk berdiskusi kegiatan hari ini. Kegiatan diakhiri dengan kesan, pesan, berdo'a dan salam.

3) Siklus II pertemuan 3

Pertemuan terakhir siklus II dilaksanakan pada hari jumat tanggal 24 Mei 2013. Tingkat Pencapaian Perkembangan motorik kasarnya adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi. Capaian perkembangannya adalah melakukan gerakan melompat, meloncat, berlari secara terkoordinasi. Indikator yang dikembangkan adalah berlari dan meloncat dalam rintangan.

Kegiatan awal, guru mengawali pembelajaran dengan baris, ikrar, berdoa, salam, presensi, dan dilanjutkan dengan menghafalkan surat Al-Fiil dan Al-Asyr. Setelah itu, anak demonstrasi berbicara sopan pada teman. Selesai melakukan kegiatan apersepsi di dalam kelas, guru mengajak anak ke lapangan kecamatan Ngampilan untuk melakukan aktivitas motorik kasar. Anak melakukan pemanasan yaitu menirukan gerakan tanah longsor. Selanjutnya, Anak mendengarkan aturan lomba dan kriteria yang bisa mendapatkan bintang hari ini. Kriteria tersebut diantaranya adalah gerakan lokomotifnya sesuai, bisa lebih cepat dari lawan mainnya dan sampai titik finish dengan waktu ≤ 18 detik. Setelah mendengarkan penjelasan guru, anak melakukan gerakan gerakan berlari dan melompat secara kompetisi dan mengakhiri kegiatan motorik kasar dengan melakukan gerakan pendinginan.

Kegiatan inti, anak melihat video tanah longsor dan tanya jawab mengapa bisa terjadi tanah longsor. Setelah itu, anak melihat gambar dengan tulisan longsor dan mengeja tulisan longsor. Pemberian tugas hari ini diantaranya adalah menebalkan tulisan longsor, menyusun menara kubus. Selanjutnya, anak berpura-pura ada longsor dan merobohkan menara kubus.

Kegiatan akhir, anak mendengarkan cerita guru tentang aturan disekolah dan bercakap-cakap dengan guru maupun teman agar berhenti bermain apabila bel sudah berbunyi. Selanjutnya, anak berdiskusi pembelajaran hari ini dan menyampaikan pesan dan kesannya hari ini. Kegiatan diakhiri dengan doa dan salam.

c. Observasi

Observasi kelincahan anak dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan pada siklus ini. Hasil pengamatan lapangan ditulis dalam lembar observasi dari data observasi yang memiliki nilai terbaik dari tiga kali pertemuan pada siklus II ini.

d. Refleksi Siklus II

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada siklus II maka dapat diperoleh gambaran skor dalam tabel berikut ini:

Tabel 10. Persentase Kemampuan Lokomotor Anak pada Kegiatan Siklus 1I

Aspek yang Diamati														
Anak dapat lari bolak-balik			Anak dapat lari zig-zag			Anak dapat lari melingkar			Anak dapat meloncati benda			Anak dapat meloncat zig-zag		
M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
14 anak	1 anak	- anak	11 anak	4 anak	- anak	14 anak	1 anak	- anak	11 anak	4 anak	- anak	11 anak	4 anak	- anak
93,3 %	6,7%	-	73,3%	26,7 %	-	93,3%	6,7%	-	73,3%	26,7%	-	73,3%	26,7%	-

Skor dari lima indikator kemampuan lokomotor pada siklus II (lampiran 6 halaman 123), diperoleh hasil dan rata-rata skor kemampuan lokomotor sebagai berikut:

Tabel 11. Rentang Skor Kemampuan Lokomotor Anak pada Siklus II

Rentang Skor	Jumlah	%	Kriteria
1-5	0	0	Belum mampu
6-10	1	6,7	Kurang mampu
11-15	14	93,3	Mampu

Rata-rata

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa kemampuan lokomotor anak pada waktu kegiatan siklus I yang memenuhi kriteria belum mampu ada 0 anak atau 0%, kriteria kurang mampu ada 1 anak atau 6,7% dan kriteria mampu ada 14 anak atau 93,3%. Peningkatan skor tersebut berpengaruh pada kelincahan anak. Dari lembar observasi kelincahan anak yang sudah peneliti peroleh maka dapat dilihat persentasenya sebagai berikut:

Tabel 12. Persentase Kelincahan Gerak Locomotor pada Kegiatan Siklus 1I

Kelincahan Gerak Locomotor		
L	KL	BL
13 anak	2 anak	-
86,7%	13,3%	-

Dari tabel-tabel diatas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Indikator lari bolak-balik diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan lari bolak-balik ada 14 anak atau 93,3%, yang kurang mampu ada 1 anak atau 6,7%, dan yang belum mampu lari bolak-balik sudah tidak ada atau 0%.
2. Indikator lari zig-zag diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan lari zig-zag ada 11 anak atau 73,3%, yang kurang mampu 4 anak atau 26,7%, dan yang belum mampu lari zig-zag sudah tidak ada atau 0%.
3. Indikator lari melingkar diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan lari melingkar ada 14 anak atau 93,3%, yang kurang mampu ada 1 anak atau 6,7%, dan yang belum mampu lari melingkar sudah tidak ada atau 0%.

4. Indikator meloncati benda diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan meloncati benda ada 11 anak atau 73,3%, yang kurang mampu ada 4 anak atau 26,7%, dan yang belum mampu sudah tidak ada atau 0%.
5. Indikator loncat zig-zag diperoleh data anak yang mampu melakukan gerakan loncat zig-zag benda ada 11 anak atau 73,3%, yang kurang mampu ada 4 anak atau 13,3%, dan yang belum mampu sudah tidak ada atau 0%.
6. Dari lembar observasi kelincahan anak menggunakan desain kegiatan lokomotor maka dapat dilihat bahwa 13 anak atau 83,3% lincah, 2 anak atau 13,3% kurang lincah, dan yang belum lincah sudah tidak ada atau 0%.

Berdasarkan hasil observasi pada yang sudah peneliti peroleh dapat dilihat perbandingan persentase pencapaian hasil belajar kemampuan lokomotor anak pada siklus I dengan siklus II dan peningkatan persentasenya pada tabel berikut ini:

Tabel 13. Perbandingan Persentase Kemampuan Locomotor Anak pada Siklus 1 dengan Siklus II

Aspek yang diamati	Siklus I			Siklus II			Perubahan		
	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
Anak dapat lari bolak-balik	60%	33,3%	6,7%	93,3%	6,7%	-	33,3%	-26,6%	-6,7%
Anak dapat lari zig-zag	13,3%	46,7%	40%	73,3%	16,7%	-	60%	-30%	-40%
Anak dapat lari melingkar	46,7%	46,7%	6,6%	93,3%	6,7%	-	46,6%	-40%	-6,6%
Anak dapat meloncati benda	13,3%	66,7%	20%	73,3%	16,7%	-	60%	-50%	-20%
Anak dapat meloncat zig-zag	13,3%	60%	26,7%	73,3%	16,7%	-	60%	-43,3%	-26,7%

Dari data perbandingan persentase kelincahan anak pada kegiatan siklus I dengan siklus II yaitu dari tabel 9 dengan tabel 14 terdapat peningkatan persentase anak dalam kelincahan. Peningkatan persentase tersebut dapat dilihat berdasarkan tabel berikut ini:

Tabel 14. Perbandingan dan Peningkatan Persentase Kelincahan Gerak Lokomotor Anak pada Siklus I dan Siklus II

	L	KL	BL
Siklus I	53,3%	26,7%	20 %
Siklus II	86,7%	13,3%	-
Perubahan	33,4%	-14,4%	-20%

Dari data yang sudah diperoleh pada siklus II dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Anak yang mampu lari bolak-balik meningkat sebesar 33,3%. Peningkatan ini disebabkan karena anak yang kurang mampu lari bolak-balik menurun sebesar 26,6% anak dan yang belum mampu lari bolak-balik turun 6,7%.
2. Anak yang mampu lari zig-zag meningkat 60%. Peningkatan tersebut dikarenakan anak yang kurang mampu lari zig-zag menurun 40% dan anak yang belum mampu lari zig-zag menurun sebesar 40%.
3. Anak yang mampu lari melingkar meningkat sebesar 46,6%. Peningkatan ini disebabkan karena anak yang kurang mampu lari melingkar menurun sebesar 40% dan yang belum mampu lari melingkar menurun 6,6%.
4. Anak yang mampu meloncati benda meningkat sebesar 60%. Peningkatan tersebut karena anak yang kurang mampu meloncati benda menurun sebesar 50% dan anak yang belum mampu meloncati benda menurun sebesar 20%.

5. Anak yang mampu meloncat zig-zag hanya meningkat sebesar 60%.
Peningkatan tersebut karena anak yang kurang mampu meloncat zig-zag menurun sebesar 43,3% dan anak yang belum mampu meloncat zig-zag menurun sebesar 26,7%.
6. Kelincahan anak pada gerak lokomotor meningkat sebesar 33,4%. Peningkatan ini dikarenakan anak yang kurang lincah menurun 14,4% dan anak yang belum lincah menurun sebesar 20%.
7. Kegiatan gerak lokomotor pada siklus II sama seperti dengan siklus I, hanya pada siklus II dilakukan secara kompetisi sehingga anak lebih termotivasi. Anak akan ada keinginan untuk menang, keinginan untuk menang inilah yang dapat memacu kemampuan lokomotor dan kelincahan pada anak.
8. *Reward* dari guru berupa bintang juga menjadi motivasi bagi anak.
9. Berdasarkan keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor merupakan kegiatan yang menarik bagi anak dan dapat dilakukan di Taman Kanak-kanak dalam meningkatkan kelincahan pada motorik kasar anak.

Berikut ini adalah perbandingan persentase kemampuan lokomotor dan kelincahan anak pada pra tindakan, siklus I dan siklus II.

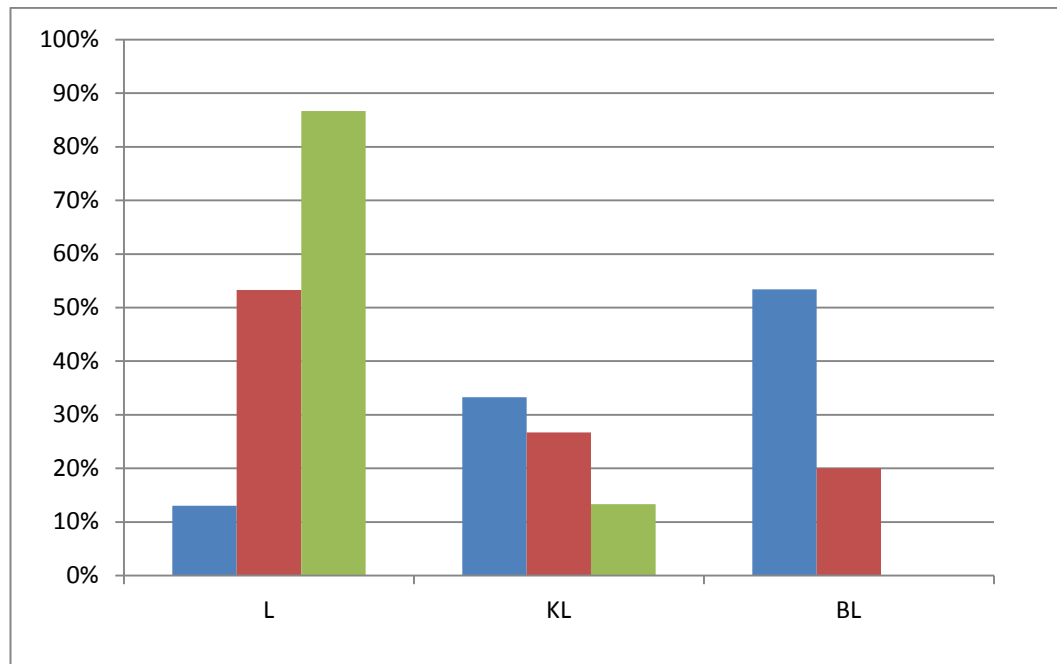
Tabel 15. Perbandingan Persentase Kemampuan Locomotor Anak pada Pra Tindakan, Siklus I, dan Siklus II

Aspek yang diamati	Pra Tindakan			Siklus I			Siklus II		
Anak dapat lari bolak-balik	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	20%	46,7%	33,3%	60%	33,3%	6,7%	93,3%	6,7%	-
Anak dapat lari zig-zag	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	6,7%	20%	73,3%	13,3%	46,7%	40%	73,3%	16,7	-
Anak dapat lari melingkar	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	13,3%	60%	26,7%	46,7%	46,7%	6,6%	93,3%	6,7%	-
Anak dapat meloncati benda	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	6,7%	26,7%	66,7%	13,3%	66,7%	20%	73,3%	16,7%	-
Anak dapat meloncat zig-zag	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
	6,7%	20%	73,3%	3,3%	60%	26,7%	73,3%	16,7%	-

Tabel 16. Perbandingan Persentase Kelincahan Gerak Locomotor Anak pada Pra Tindakan, Siklus I, dan Siklus II

	L	KL	BL
Pra Tindakan	13,3%	33,3%	53,4%
Siklus I	53,3%	26,7%	20 %
Siklus II	86,7%	13,3%	-

Untuk mempermudah dalam melihat persentase peningkatan kelincahan anak pada Pra tindakan, siklus I, dan siklus II dapat dilihat dari histogram berikut ini.



Gambar 4. Histogram Kelincahan Gerak Lokomotor Anak pada Pra Tindakan, Siklus I, dan Siklus II

Keterangan:



= Pra Tindakan

L = Lincih



= Siklus I

KL = Kurang Lincih



= Siklus II

BL = Belum Lincih

Berdasarkan histogram tersebut dapat dilihat bahwa kelincahan anak meningkat hingga 86,7% pada siklus II, anak yang kurang lincih menurun hingga 13,3% dan anak yang belum lincih pada siklus II sudah tidak ada lagi.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

Tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan kelincahan anak kelompok A2 TK ABA Gendingan menggunakan kegiatan gerak lokomotor. Pada penelitian ini gerakan lokomotor yang diambil terdiri dari gerakan berlari dan melompat,

kedua gerakan tersebut dianggap sebagai gerakan dasar lokomotor. Kegiatan tersebut sesuai dengan pendapat Agus Mahendra (2000: 10) bahwa gerak lokomotor sebagai gerak berpindah tempat, seperti jalan, lari, dan lompat. Ketiga keterampilan ini dianggap sebagai keterampilan paling dasar lokomotor, karena merupakan keterampilan yang berkembang bersama perkembangan dan lebih bersifat fungsional.

Kegiatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kegiatan gerak lokomotor dengan menggunakan desain kegiatan lokomotor yang terdiri dari lari bolak-balik, lari zig-zag, lari melingkar, meloncati benda, dan meloncat zig-zag. Dalam kegiatan berlari diantara adalah gerakan lari bolak-balik anak harus mampu mengubah posisi tubuhnya dan mengubah arah tubuhnya 180 derajat dengan cepat, pada lari zig-zag anak harus mampu mengubah posisi tubuh dan arah gerakannya ke kiri dan ke kanan sesuai dengan pola lantai yang sudah dibuat, dan pada lari melingkar anak harus bisa mengikuti pola lantai yang berbentuk lingkaran. Kegiatan tersebut sudah sesuai dengan pendapat dari Aip Syarifuddin dan Muhadi (1992: 45) yang menyatakan bahwa gerakan lari yang dapat melatih kelincahan anak adalah lari bolak-balik, lari sambil berbelok-belok, dan lari zig-zag. Gerakan-gerakan lari tersebut dapat melatih kelincahan anak karena untuk melakukan gerakan tersebut anak harus dapat mengubah arah dan posisi tubuhnya dengan cepat.

Dalam kegiatan meloncat yaitu meloncat zig-zag dan meloncati benda terdapat gerakan yang dapat meningkatkan kelincahan karena kedua kegiatan meloncat diatas membutuhkan kemampuan untuk mengubah arah dan posisi

tubuhnya dengan cepat secara terkoordinasi dengan kedua kakinya tanpa kehilangan keseimbangan tubuh. Hasil penelitian ini sudah sesuai dengan pendapat Harsono, 1988 dalam Satya (2006: 17) yang menyatakan bahwa kelincahan (*agility*) adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat waktu bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa penelitian dengan gerak lokomotor ini dapat meningkatkan kelincahan pada anak kelompok A2, hal tersebut dapat dilihat berdasarkan hasil observasi dari pra tindakan sampai dengan tindakan siklus II.

Pada observasi pra tindakan terlihat kelincahan anak masih kurang. Anak kurang berminat dalam mengikuti kegiatan motorik kasar. Guru kurang optimal dalam menstimulasi kelincahan anak-anak di kelompok A2 TK ABA Gendingan. Hal tersebut dikarenakan metode yang dilakukan oleh guru dalam menstimulasi kelincahan anak terlalu monoton kurang bervariasi sehingga minat anak berkurang dan pesan pembelajaran tidak dapat diterima anak secara optimal.

Peneliti bersama dengan guru kelas memberikan tindakan gerak lokomotor untuk meningkatkan anak di kelompok A2 TK ABA Gendingan. Tindakan dengan gerakan lokomotor ini dilakukan menggunakan dua siklus. Pada siklus I menggunakan desain kegiatan lokomotor yang dilakukan anak secara individu sudah terjadi peningkatan, hanya saja peningkatan tersebut baru mencapai 40% dari hasil observasi pratindakan sehingga kelincahan anak baru mencapai 53,3%. Skor rata-rata pada siklus I baru mencapai 10,5 dengan skor idealnya 15. Pada siklus II kegiatan gerak lokomotor tersebut dilakukan secara kompetisi dan

menggunakan *reward* sudah meningkat 33,4% dari siklus I sehingga 86,7% anak kelompok A2 TK ABA Gendingan sudah lincah. Skor rata-rata pada siklus II mencapai 14 dengan skor idealnya 15. Pada siklus II ini sudah terjadi perubahan situasi dan motivasi anak serta diperoleh kegiatan yang menarik bagi anak untuk pembelajaran motorik kasar di kelompok A2 TK ABA Gendingan.

Proses kegiatan pembelajaran pada kelompok A2 TK ABA Gendingan setelah menggunakan kegiatan gerak lokomotor ini menunjukkan hasil bahwa anak (1) lebih aktif beraktivitas dalam kegiatan pembelajaran motorik kasar, (2) muncul motivasi intrinsik pada diri anak untuk mengikuti kegiatan pembelajaran motorik kasar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai, (3) kemampuan anak dalam melakukan dua gerakan dasar dari lokomotor yaitu berlari dan melompat semakin meningkat, (4) kelincahan anak semakin meningkat. Dengan adanya peningkatan-peningkatan tersebut diharapkan perkembangan motorik kasar anak dapat meningkat secara optimal.

Berdasarkan hasil pengamatan dan analisa data yang telah diuraikan di atas dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor yang terdiri dari gerakan berlari dan melompat dapat meningkatkan kelincahan pada anak. Hasil penelitian ini sudah sesuai dengan pendapat dari Wira Indra Satya (2006: 19), bahwa kelincahan dapat dilakukan dengan metode lari bolak-balik maupun gerakan melompat. Wira Indra Satya (2006: 95) juga menambahkan bahwa berlari cepat dengan zig-zag juga dapat meningkatkan kecepatan (*speed*) dan kelincahan (*agility*). Gerakan-gerakan di atas merupakan kegiatan lokomotor yang dapat dibuktikan dalam penelitian ini untuk meningkatkan kelincahan anak.

E. Keterbatasan Penelitian

Hasil penelitian pada kelincuhan anak melalui gerak lokomotor pada anak kelompok A2 TK ABA Gendingan Yogyakarta ini terdapat beberapa keterbatasan. Keterbatasan-keterbatasan tersebut diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Perkembangan motorik kasar anak tidak hanya dipengaruhi oleh kegiatan fisik saja namun masih banyak faktor lain yang mempengaruhinya.
2. Kondisi fisik anak yang tidak stabil sehingga kadang tidak tepat jika diberi tindakan.
3. Keterbatasan waktu untuk penelitian karena penelitian dilakukan diakhir-akhir hari efektif sekolah.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa melalui gerak lokomotor dapat meningkatkan kelincahan anak kelompok A2 TK ABA Gendingan. Hal ini ditunjukkan pada peningkatan kemampuan lokomotor dan kelincahan anak dari pra tindakan, siklus I dan siklus II. Kelincahan anak dari pra tindakan ke siklus I meningkat sebesar 40%. Peningkatan tersebut dianggap masih kurang maksimal sehingga diberi tindakan siklus II. Pada siklus II yang dilakukan secara kompetisi dan dengan menggunakan *reward* terjadi peningkatan kelincahan anak sebesar 33,4%.

Langkah pembelajaran pada kegiatan gerak lokomotor ini adalah guru menyiapkan desain kegiatan lokomotor yang terdiri dari gerakan lari bolak-balik, lari zig-zag, lari melingkar, meloncati benda, dan meloncat zig-zag. Anak melakukan gerakan lokomotor sesuai dengan urutan gerakan secara berkelanjutan dari satu gerakan ke gerakan lainnya. Pada siklus I dilakukan secara individu dan siklus II dilakukan secara kompetisi serta pemberian *reward*. Penelitian ini dihentikan sampai siklus kedua karena pada siklus ini sudah terlihat peningkatan kelincahan pada anak dan terjadi perubahan situasi proses pembelajaran motorik kasar di kelompok A2 TK ABA Gendingan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti laksanakan dapat dikemukakan saran-saran berikut ini:

1. Bagi sekolah diharapkan adanya media yang lebih lengkap dan bervariasi dalam mendukung kegiatan gerak lokomotor.
2. Bagi Guru di TK ABA Gendingan diharapkan dapat kreatif dalam menciptakan kegiatan pembelajaran motorik kasar yang dapat meningkatkan kelincahan anak, salah satunya adalah dengan menggunakan kegiatan gerak lokomotor.
3. Bagi peneliti lain diharapkan menjadi gambaran kegiatan yang dapat meningkatkan kelincahan anak di TK ABA Gendingan dan peneliti lain dapat menemukan kegiatan yang lebih optimal lagi.
4. Bagi orang tua agar lebih memperhatikan perkembangan motorik anak-anaknya dan memberikan kesempatan untuk dapat beraktivitas di luar ruangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. (1999). *Bola tangan*. Jakarta: Depertemen Pendidikan Nasional.
- Aip Syarifuddin dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depertemen Pendidikan Nasional.
- Bucher, A. Charles. (1983). *Foundations of physical Education & sport*. Ninth Edition. St. Louis: The C.V Mosby Company.
- Carol Seefeldt dan Barbara A. Wasik. (2008). *Pendidikan Anak Usia Dini*. (Terjemaahan: Pius Nasar). Indonesia: PT. Macanan Jaya Cemerlang.
- Depdiknas. (2003). *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional RI.
- Depdiknas. (2007). *Pedoman Pembelajaran Bidang Pengembangan Fisik/Motorik di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar.
- Endang Rini Sukamti, M.S. (2007). *Diktat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: UNY.
- Hurlock, E.B. (1978). *Perkembangan Anak*. (Penerjemah: Med Meitasari Tjandarsa dan Muchichah Zarkasih). Jakarta: Erlangga.
- Kasihani Kasbolah. (1998). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK)*. Jakarta: Depdikbud.
- Kementerian Pendidikan Nasional. (2010). *Kurikulum Taman Kanan-Kanak*. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Maimunah Hasan. (2010). *PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini)*. Yogyakarta: Diva Press.
- Margono. (2002). *Athletik*. Yogyakarta: Diktat UNY FIK.
- Mayke S Tedjasaputra. (2001). *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: Grasindo.
- Muhammad Ali. (1995). *Penelitian Pendidikan Prosedur dan Strategi*. Bandung: Angkasa.

- Ngalim Purwanto. (2006). *Prinsip-Prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nuraini Hardiyanti dan Prof. Dr. Sukadiyanto, M.Pd. (2012). *Jurnal Kependidikan Keolahragaan* (Vol. 1, No. 1, Edisi Februari 2013).
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Litera.
- Satrio Yudi Erlangga. (2011). *Kelincahan (agility)*. Diakses dari www.sepriblog.blogspot.com pada tanggal 26 Maret 2013, jam 14.35 WIB.
- Satya Indra Wira. (2006). *Membangun Kebugaran Jasmani dan Kecerdasan Melalui Bermain*. Jakarta: Depdiknas.
- Slamet Suyanto. (2005). *Pembelajaran Untuk Anak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Soemiarti Patmonodewo. (2003). *Pendidikan Anak Pra sekolah*. Jakarta: Rineka cipta.
- Suharsimi Arikunto. (2004). *Evaluasi Program Pedoman Teoritis Praktis Bagi Praktisi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- _____. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sumantri. (2005). *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Depdiknas.
- Tim Penyusunan Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. (1990). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Toho Cholik dan Rusli Lutan. (1997). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Wijaya Kusumah dan Dedi Dwitagama. *Mengenal Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta Barat: PT. Indeks.
- Wira Indra Satya. (2006). *Membangun Kebugaran Jasmani dan Kecerdasan Melalui Bermain*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Yuliani Nurani Sujiono. (2009). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT. Indeks.

LAMPIRAN

**LAMPIRAN 1. SURAT PERMOHONAN
VALIDATOR INSTRUMEN DAN SURAT
PERNYATAAN VALIDATOR INSTRUMEN**



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI

Alamat : Karangmalang, Yogyakarta 55281

Telp.(0274) 586168 Hunting, Fax.(0274) 540611; Dekan Telp. (0274) 520094

Telp.(0274) 586168 Psw. (221, 223, 224, 295,344, 345, 366, 368,369, 401, 402, 403, 417)

SURAT PERMOHONAN

No. 042/PGPAUD/III/13

Kepada

Yth. Bapak/Ibu Banu Setya Adi, M.Pd.

ditempat

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Joko Pamungkas, M.Pd.

NIP : 19770821 200501 1 001

Jabatan : Ketua Prodi PG PAUD FIP UNY

menyatakan bahwa mahasiswa dibawah ini :

Nama : Fitri Purwanti

NIM : 11111247019

Judul : Meningkatkan Kelincahan Anak Kelompok A1 TK ABA Gendingan
Yogyakarta Melalui Gerak Lokomotor

No. HP : 085729450019

benar-benar mahasiswa Prodi PG PAUD FIP UNY yang sedang menjalankan proses penyelesaian skripsi, maka dari itu kami memohon kepada Bapak/Ibu untuk berkenan sebagai **Validator Instrumen** dari skripsi mahasiswa tersebut agar penyelesaian tugas akhir skripsi mahasiswa PG PAUD FIP berjalan dengan lancar.

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas kerjasama dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 11 April 2013

Ketua Program Studi PG-PAUD UNY

Joko Pamungkas, M.Pd.

NIP 19770821 200501 1 001

PERNYATAAN VALIDATOR INSTRUMENT

rtanda tangan di bawah ini:

: Banu Setyo Adi, M. Pd

: 19810920 200604 1003

: FIP UNY

validator instrument atas Kelincahan Anak Usia Dini yang disusun oleh:

: Fitri Purwanti

: 11111247019

Studi : PG PAUD

lenyatakan bahwa instrument yang disusun oleh mahasiswa tersebut di atas sudah asikan dan layak digunakan untuk penelitian dalam rangka penyusunan skripsi judul Meningkatkan Kelincahan Anak Kelompok A TK ABA Gendingan ta Melalui Gerak Lokomotor.

pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk digunakan sebagaimana

Yogyakarta, 29 April 2013

Dosen Validator



Banu Setyo Adi, M. Pd

NIP : 19810920 200604 1003

**LAMPIRAN 2. LEMBAR OBSERVASI
KEMAMPUAN GERAK LOKOMOTOR,
LEMBAR OBSERVASI KELINCAHAN ANAK,
RUBRIK**

Lembar Observasi Kemampuan Gerak Lokomotor

No	Nama Anak	Aspek yang diamati														
		Lari bolak-balik			Lari Zig-zag			Lari melingkar			Meloncati benda			Meloncat zig-zag		
		M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM
1	L															
2	N															
3	A															
4	S															
5	H															
6	K															
7	O															
8	I															
9	N															
10	V															
11	R															
12	A															
13	N															
14	E															
15	T															

M = mampu

KM= kurang mampu

BM= belum mampu

Lembar Observasi Kelincahan

No	Nama	Kategori		
		L	KL	BL
1	L			
2	N			
3	A			
4	S			
5	H			
6	K			
7	O			
8	I			
9	N			
10	V			
11	R			
12	A			
13	N			
14	E			
15	T			

L= lincah

KL= kurang lincah

BL= belum lincah

Rubrik Kemampuan Lari Bolak-Balik

Kriteria	Diskripsi	Skor	Keterangan
Mampu	Jika anak mampu melakukan gerakan lari bolak-balik dengan baik.	3	Anak lari bolak-balik pada garis lurus dengan langkah kaki berirama dan dapat mengubah arahnya dengan cepat.
Kurang mampu	Jika anak kurang mampu untuk melakukan gerakan lari bolak-balik.	2	Anak lari bolak-balik pada garis lurus dengan langkah kaki yang kurang berirama dan kurang cepat dalam mengubah arahnya pada
Belum mampu	Jika anak belum mampu melakukan gerakan lari bolak-balik.	1	Anak lari bolak-balik pada garis lurus dengan langkah kaki yang belum berirama dan belum cepat dalam mengubah arahnya.

Rubrik Kemampuan Lari Zig-Zag

Kriteria	Diskripsi	Skor	Keterangan
Mampu	Jika anak mampu melakukan gerakan lari zig-zag dengan baik.	3	Anak lari zig-zag pada garis zig-zag dengan langkah kaki berirama dan dapat mengubah arahnya dengan cepat.
Kurang mampu	Jika anak kurang mampu melakukan gerakan lari zig-zag.	2	Anak lari zig-zag pada garis zig-zag dengan langkah kaki yang kurang berirama dan kurang cepat dalam mengubah arahnya pada
Belum mampu	Jika anak belum mampu melakukan gerakan lari zig-zag.	1	Anak lari zig-zag pada garis zig-zag dengan langkah kaki yang belum berirama dan belum cepat dalam mengubah arahnya.

Rubrik Kemampuan Lari Melingkar

Kriteria	Diskripsi	Skor	Keterangan
Mampu	Jika anak mampu melakukan gerakan lari melingkar dengan baik.	3	Anak lari melingkar pada garis lingkaran dengan langkah kaki berirama dan dapat mengubah arahnya dengan cepat.
Kurang mampu	Jika anak kurang mampu melakukan gerakan lari melingkar.	2	Anak lari melingkar pada garis lingkaran dengan langkah kaki yang kurang berirama dan kurang cepat dalam mengubah arahnya pada
Belum mampu	Jika anak belum mampu melakukan gerakan lari melingkar.	1	Anak lari melingkar pada garis lingkaran dengan langkah kaki yang beluk berirama dan belum cepat dalam mengubah arahnya.

Rubrik Kemampuan Meloncati Benda

Kriteria	Diskripsi	Skor	Keterangan
Mampu	Jika anak mampu melakukan gerakan meloncati benda dengan baik.	3	Anak dapat meloncati kardus snack dengan posisi tubuh seimbang menggunakan tumpuan dua kaki.
Kurang mampu	Jika anak kurang mampu melakukan gerakan meloncati benda.	2	Anak meloncati kardus snack dengan posisi tubuh kurang seimbang menggunakan tumpuan dua kaki.
Belum mampu	Jika anak belum mampu melakukan gerakan meloncati benda.	1	Anak meloncati kardus snack dengan posisi tubuh belum seimbang dan belum menggunakan tumpuan dua kaki

Rubrik Kemampuan Meloncati Benda

Kriteria	Diskripsi	Skor	Keterangan
Mampu	Jika anak mampu melakukan gerakan meloncat zig-zag dengan baik.	3	Anak mampu meloncat zig-zag pada matras zig-zag dengan posisi tubuh seimbang menggunakan tumpuan dua kaki.
Kurang mampu	Jika anak kurang mampu melakukan gerakan meloncat zig-zag.	2	Anak meloncat zig-zag pada matras zig-zag dengan posisi tubuh yang kurang seimbang menggunakan tumpuan dua kaki.
Belum mampu	Jika anak belum mampu melakukan gerakan meloncat zig-zag dengan tidak baik.	1	Anak meloncat zig-zag pada matras zig-zag dengan posisi tubuh yang belum seimbang dan belum menggunakan tumpuan dua kaki.

Rubrik Penilaian Kelincahan

Kriteria	Skor	Keterangan
Lincih	3	Jika anak dapat melakukan gerakan lokomotor sesuai dengan desain kegiatan dalam waktu ≤ 18 detik
Kurang lincih	2	Jika anak melakukan gerakan lokomotor sesuai dengan desain kegiatan dalam waktu 19-21 detik
Belum lincih	1	Jika anak melakukan gerakan lokomotor sesuai dengan desain kegiatan dalam waktu ≥ 22 detik

**LAMPIRAN 3. SURAT IZIN PENELITIAN DAN
SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Jl. Sekeloa Timur I, Karangmalang, Yogyakarta 55281
Telp. (0274) 586168 Hunting, Fax. (0274) 540611; Dekan Telp. (0274) 520094
Telp. (0274) 586168 Psw. (221, 223, 224, 295, 344, 345, 366, 368, 369, 401, 402, 403, 417)



Certificate No. QSC 00687

73/UN34.11/PL/2013

8 Mei 2013

u) Bendel Proposal
ohonan izin Penelitian

. ABA Gendingan.

dengan hormat, bahwa untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik yang ditetapkan oleh
likan Prasekolah dan Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta,
ikut ini diwajibkan melaksanakan penelitian:

- : Fitri Purwanti
- : 11111247019
- : PGPAUD/PPSD
- : Puluhan Kidul, Trimurti, Srandakan, Bantul, Yogyakarta

engan hal itu, perkenankanlah kami memintakan izin mahasiswa tersebut melaksanakan kegiatan
gan ketentuan sebagai berikut:

- : Memperoleh data penelitian tugas akhir skripsi
- : TK ABA Gendingan.
- : Siswa A.2 TK ABA Gending Yogyakarta
- : Meningkatkan Kelincahan Anak Kelompok A
- : Mei-Juli 2013
- : Meningkatkan Kelincahan Anak Kelompok TK ABA Gendingan Yogyakarta
Melalui Gerakan Lokomotor

dan kerjasama yang baik kami mengucapkan terima kasih.



Dekan,

Dr. Haryanto, M.Pd

NIP 19600902 198702 1 001

gai laporan)
I FIP
i PPSD FIP

ididikan FIP
ing bersangkutan
egeri Yogyakarta



TAMAN KANAK-KANAK 'AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL
GENDINGAN YOGYAKARTA

Alamat: Komplek Masjid Pertiwi Gendingan Ngampilan Yogyakarta
Telp. (3020190). E-mail: tkaba_gendingan@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

No. 102/GDN/KET/2013

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala TK ABA Gendingan Yogyakarta,
menerangkan bahwa:

Nama : Fitri Purwanti
NIM : 11111247019
Program Studi/Jurusan : PGPAUD/PPSD
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Mahasiswa yang tersebut di atas akan mengadakan Penelitian Tindakan Kelas di
TK ABA Gendingan, Ngampilan, Yogyakarta, pada semester II Tahun Ajaran
2012-2013 dengan judul "Meningkatkan Kelincahan Anak Melalui Gerak
Lokomotor pada Anak Kelompok A2 Taman Kanak-Kanak Aisyiyah Bustanul
Athfal Gendingan Yogyakarta."

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk digunakan sebagaimana mestinya

Yogyakarta, 4 Mei 2013

Kepala TK ABA Gendingan



Fenny Dwi Andayani

NBM/KTAA: 870576/17797

Lampiran 4. Hasil Observasi pada Pra Tindakan

Kemampuan Gerak Lokomotor pada Kegiatan Pra Tindakan

No	Nama Anak	Aspek yang diamati															TS
		Lari bolak-balik			Lari Zig-zag			Lari melingkar			Meloncati benda			Meloncat zig-zag			
		M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	TM	M	KM	BM	
1	L			√			√		√				√			√	6
2	N	√			√				√			√			√		12
3	A	√				√				√			√			√	8
4	S	√					√		√				√			√	8
5	H			√			√			√			√			√	5
6	K		√				√			√		√				√	7
7	O		√				√		√				√			√	7
8	I		√			√			√			√			√		10
9	N		√				√		√			√				√	8
10	V			√			√		√		√					√	8
11	R			√			√		√				√	√			8
12	A			√			√		√				√			√	6
13	N		√				√	√					√		√		9
14	E		√			√				√			√			√	7
15	T		√				√	√					√			√	8

M = mampu KM= kurang mampu BM= belum mampu TS= total skor

Kelincahan Anak pada Pra Tindakan

No	Nama	Kategori		
		L	KL	BL
1	L			√
2	N	√		
3	A		√	
4	S		√	
5	H			√
6	K		√	
7	O			√
8	I	√		
9	N		√	
10	V			√
11	R		√	
12	A			√
13	N			√
14	E			√
15	T			√

L= lincah KL= kurang lincah BL= belum lincah

**LAMPIRAN 5. RKH DAN HASIL OBSERVASI
SIKLUS I**

SATUAN KEGIATAN HARIAN

Tema / sub tema : Alam Semesta/ Gejala alam

Kelompok : A

Waktu : 180 menit

Hari / tanggal : 13 Mei 2013

Semester / Minggu : II/ XVII

TPP	INDIKATOR	KEGIATAN PEMBELAJARAN	SUMBER BELAJAR	PENILAIAN				ANALISIS				PERBA-IKAN	PENG-AYAAN	KET
				Alat	Perkembangan anak									
					*	**	***	****	*	**	***	****		
		I. Kegiatan Awal 60 menit (klasikal)												
Mengucapkan doa sebelum dan/atau sesudah melakukan sesuatu	Berdoa sebelum dan sesudah (NAM.8)	➤ Anak Berbaris dan ikrar di depan kelas ➤ Anak berdoa sebelum belajar, mengucap dan menjawab salam	Guru, anak											
Menyanyi Mars Bustanul Athfal	Menyanyi Mars Bustanul Athfal (AIM.22)	➤ Anak menyanyi mars ABA ➤ Anak menghafal surat Al-Kafirun dan Al-Lahab	Guru, anak											
		➤ Unjuk kerja gerak lokomotor												
Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi	Berlari cepat (F.A.11) Meloncat dengan rintangan (F.A.9)	• Anak melakukan gerakan pemanasan • Anak melihat desain kegiatan berlari dan meloncat • Anak menyebut urutan kegiatan yaitu berlari	Area bermain, Kardus snak											

		bolak-balik, lari zig-zag, lari													
		melingkar, loncat													
		melewati benda, dan													
		meloncat zig-zag													
		• Anak melakukan gerakan													
		berlari dan meloncat													
		sesuai dengan desain													
		kegiatan lokomotor													
		• Anak melakukan gerakan													
		pendinginan													
		II. Kegiatan Inti 60 menit													
		<u>SUDUT : ALAM SEKITAR</u>													
Mengkreasikan	Mencoba dan	➤ Demonstrasi percobaan													
sesuatu sesuai	menceritakan	gunung meletus													
dengan idenya	apa yang terjadi jika:	• Anak mendengarkan cerita	Pasir, cuka,												
sendiri	warna	tentang gunung meletus	soda kue,												
	dicampur,proses	• Anak menyebutkan bahan	pewarna												
	pertumbuhan	yang digunakan untuk	makanan,												
	tanaman, dsb	percobaan gunung meletus	botol kecil												
	(K. A. 11)	• Anak melakukan percobaan													
		gunung meletus													
		• Anak menceritakan kembali													
		proses gunung meletus													
		<u>SUDUT : PEMBANGUNAN</u>													
Membuat coretan	Membuat berbagai	➤ Penugasan membuat coretan													
yang bermakna	macam	membentuk gunung													
	coretan (B.C. 36)	• Anak menyebutkan nama-	Gambar												
		nama gunung yang ada di	gunung												
		Indonesia	kertas hvs,												

		• Anak melihat contoh gambar gunung	pensil														
		• Anak membuat coretan yang membentuk gunung															
		<u>SUDUT : KEBUDAYAAN</u>															
Mengekspresikan diri dengan berkarya seni menggunakan berbagai media	Melukis dengan jari (finger painting) (F.B. 47)	➤ Penugasan melukis dengan Jari membentuk gunung															
		• Anak menyebutkan warna adonan finger painting	Adonan finger painting														
		• Anak melihat guru melukis gunung dengan jari	Kertas hvs														
		• Anak melukis dengan jari membentuk gunung															
		III Istirahat (30 menit)															
		Bermain di luar, cuci tangan, doa, makan / minum															
		IV. Kegiatan Akhir 30 menit (klasikal)															
		➤Demontrasi berbagi makanan dengan teman															
Mau berbagi, menolong, dan membantu teman	Mau berbagi dengan teman(Sosem. 5)	• Anak mendengarkan cerita guru tentang anak yang suka berbagi	Makanan														
		• Anak berbagi makanan dengan temannya															
		Diskusi pembelajaran satu hari															
		Pesan, kesan, kuis, doa, salam															

Mengetahui



FENNY DWI ANDAYANI

NBM / KTAA :

Perhitungan Analisis :

$$\frac{\text{Jumlah */**/***/****}}{\text{Jumlah anak yang hadir}} \times 100\%$$

Jumlah anak : 15
S :
I :
A :
Jumlah anak hadir :

Yogyakarta, 13 Mei 2013
GURU KELOMPOK A.2

Ami Restianawati, A. Md

SATUAN KEGIATAN HARIAN

Tema / sub tema : Alam Semesta/ Gejala alam

Kelompok : A

Waktu : 180 menit

Hari / tanggal : 15 Mei 2013

Semester / Minggu : II/ XVII

TPP	INDIKATOR	KEGIATAN PEMBELAJARAN	SUMBER BELAJAR	PENILAIAN				ANALISIS				PERBA-IKAN	PENGAYAAN	KET
				Alat	Perkembangan anak									
					*	**	***	****	*	**	***	****		
		I. Kegiatan Awal 60 menit (klasikal)												
		➤ Anak Berbaris dan ikrar di depan kelas	Guru, anak											
Mengucap salam dan membalas salam	Membiasan diri Mengucapkan salam (NAM. 25)	➤ Anak berdoa sebelum belajar, mengucap dan menjawab salam												
Menyebut amal Usaha Aisyiyah	Menyebutkan amal usaha Aisyiyah (AIM.5)	➤ Anak menyebutkan amal usaha Aisyiyah yaitu PAY, TK ABA	Guru, anak											
Menghafal surat-Surat pendek	Menghafal surat pendek (PAI. 19)	➤ Anak menghafal surat Al-Humazah												
		➤ Unjuk Kerja gerak lokomotor												
Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara	Berlari sambil Meloncat (F.A.11)	• Anak melakukan pemanasan yaitu bergerak dan bernyanyi “ Main dalam lingkaran”	Area bermain, Kardus											

terkoordinasi		• Anak melihat desain kegiatan dengan dengan	snak besar													
		Menggunakan kardus snack														
		Ukuran yang lebih besar														
		• Anak menyebut urutan kegiatan yaitu berlari bolak-balik, lari zig-zag, lari melingkar, loncat melewati benda, dan meloncat zig-zag														
		• Anak melakukan gerakan berlari sambil meloncat dalam area kegiatan														
		• Anak melakukan gerakan Pendinginan														
		II. Kegiatan Inti 60 menit (indv / kel)														
		<u>SUDUT : KEBUDAYAAN</u>														
		➤ Unjuk kerja menyanyikan lagu gerhana														
Mengekspresikan diri dengan berkarya seni menggunakan berbagai benda	Menyanyi 15 lagu anak- Anak (F.B.15)	• Anak mengikuti syair lagu gerhana	Guru, anak													
		• Anak menyanyikan lagu gerhana bersama guru														
		• Anak menyanyikan sendiri lagu gerhana														
		<u>SUDUT : ALAM SEKITAR</u>														
		➤ Unjuk kerja memusatkan perhatian saat														

		mendengarkan cerita													
		gerhana matahari													
Menyimak perkataan orang lain (bahasa ibu atau bahasa lainnya)	Memusatkan perhatian dalam jangka waktu tertentu (B.A. 2)	<ul style="list-style-type: none"> Anak melihat video tentang gerhana matahari Anak memusatkan perhatian saat guru menceritakan tentang gerhana matahari Anak menceritakan kembali terjadinya gerhana 	Laptop, LCD, speaker												
		SUDUT : PEMBANGUNAN													
		➤ Penugasan membentuk pola matahari-bulan-bumi													
Mengenal pola AB-AB dan ABC-ABC	Meniru pola dengan Berbagai bentuk (K.B.19)	<ul style="list-style-type: none"> Anak melihat pola bentuk matahari, bulan, bumi Anak meniru pola bentuk matahari, bulan, bumi Anak menggunting pola Anak menempelkan pola matahari-bulan-bumi 	Kertas, spidol, lem gunting,												
		III Istirahat (30 menit)													
		Bermain di luar													
		Cuci tangan, doa, makan / minum													
		IV. Kegiatan Akhir 30 menit (klasikal)													
		➤ Demonstrasi membuang sampah pada tempatnya													
Menjaga diri sendiri	Membuang sampah	<ul style="list-style-type: none"> Anak mendengarkan cerita 	Tempat												

an lingkungan	pada tempatnya (Sosem. 25)	guru tentang pentingnya kebersihan lingkungan	sampah																
		• Anak mempraktekkan																	
		• membuang sampah pada tempatnya																	
		Diskusi pembelajaran satu hari																	
		Pesan, kesan, kuis, doa, salam																	

Mengetahui
Kepala Sekolah



PENNY DWI ANDAYANI

NBM / KTAA :

Perhitungan Analisis :

*Jumlah */**/***/*****

Jumlah anak yang hadir

X 100%

Jumlah anak : 15

S :

I :

A :

Jumlah anak hadir :

Yogyakarta, 15 Mei 2013
GURU KELOMPOK A.2

Ami Restianawati, A. Md

SATUAN KEGIATANATAN HARIAN

Tema / sub tema : Alam Semesta/ Gejala alam

Kelompok : A

Waktu : 180 menit

Hari / tanggal : 17 Mei 2013

Semester / Minggu : II/ XVII

TPP	INDIKATOR	KEGIATAN PEMBELAJARAN	SUMBER BELAJAR	PENILAIAN				ANALISIS				PER BA-IKAN	PENG AYAAN	KET
				Alat	Perkembangan anak									
					*	**	***	****	*	**	***	****		
		I. Kegiatan Awal 60 menit (klasikal)												
		➤ Anak Berbaris dan ikrar di	Guru, anak											
		depan kelas												
Mengucapkan doa sebelum dan/atau sesudah melakukan sesuatu	Membiasan diri Menjawab salam (NAM. 26)	➤ Anak berdoa sebelum belajar, mengucap dan menjawab salam												
Menghafal doa sehari-hari	Menghafal doa sehari-hari (PAI. 18)	➤ Unjuk kerja menghafal doa Mendengar petir	Guru, anak											
		• Anak mendengar cerita guru tentang petir												
		• Anak menirukan guru menghafal doa mendengar petir												
		• Anak menghafal sendiri doa mendengar petir												
		➤ Demontrasi ekspresi senang												

[illegible]

		guru tentang petir															
		• Anak mengungkapkan mengapa bisa terjadi petir															
		SUDUT : KEBUDAYAAN															
		Percakapan pengalaman anak saat terjadi petir															
	Menceritakan pengalaman/ Kejadian secara sederhana (Bhs. 15)	• Anak mendengarkan cerita guru bagaimana jika ada petir	Guru, anak														
		• Anak menceritakan pengalamannya saat ada petir															
		SUDUT : PEMBANGUNAN															
		Penugasan meniru gambar petir															
Membuat coretan yang bermakna	Menirukan membuat garis tegak, datar, miring kiri/ kanan (F.B.29)	• Anak melihat gambar petir • Anak meniru gambar petir dari garis miring dan datar	Buku gambar, pensil														
		III Istirahat (30 menit)															
		Bermain di luar, cuci tangan, doa, makan / minum															
		IV. Kegiatan Akhir 30 menit (klasikal)															
		Percakapan keinginan anak setelah TK															
	Menyebutkan kelanjutan pendidikan TK ABA (AIM. 4)	• Anak mendengarkan cerita guru tentang kelanjutan pendidikan dari TK ABA	guru, anak														
		• Anak menceritakan															

Kemampuan Gerak Lokomotor Anak pada Kegiatan Siklus 1 Pertemuan 1

No	Nama Anak	Aspek yang diamati															TS
		Lari bolak-balik			Lari Zig-zag			Lari melingkar			Meloncati benda			Meloncat zig-zag			
		M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	TM	M	KM	BM	
1	L		√				√		√			√			√		8
2	N	√			√				√			√			√		12
3	A	√				√				√			√			√	8
4	S	√					√		√				√			√	8
5	H			√			√			√			√			√	5
6	K		√				√			√		√				√	7
7	O		√				√		√				√			√	7
8	I		√			√			√			√			√		10
9	N		√				√		√			√				√	8
10	V			√			√		√		√					√	8
11	R			√			√		√				√	√			8
12	A			√			√		√				√			√	6
13	N		√				√	√					√		√		9
14	E		√			√				√			√			√	7
15	T		√				√	√					√			√	8

M = mampu KM= kurang mampu BM= belum mampu TS= total skor

Kelincahan Anak Siklus 1 Pertemuan 1

No	Nama	Kategori		
		L	KL	BL
1	L	√		
2	N	√		
3	A			√
4	S	√		
5	H		√	
6	K			√
7	O		√	
8	I	√		
9	N	√		
10	V		√	
11	R	√		
12	A			√
13	N			√
14	E		√	
15	T		√	

L= lincah KL= kurang lincah BL= belum lincah

Kemampuan Gerak Lokomotor Anak pada Kegiatan Siklus 1 Pertemuan 2

No	Nama Anak	Aspek yang diamati															TS
		Lari bolak-balik			Lari Zig-zag			Lari melingkar			Meloncati benda			Meloncat zig-zag			
		M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	TM	M	KM	BM	
1	L	√				√			√			√			√		10
2	N	√			√				√		√				√		13
3	A	√				√				√			√		√		9
4	S	√				√		√					√		√		11
5	H			√			√			√		√			√		7
6	K		√				√			√		√				√	7
7	O		√			√			√			√				√	9
8	I		√			√		√				√			√		11
9	N		√				√		√			√				√	8
10	V			√			√		√		√					√	8
11	R			√			√		√			√		√			9
12	A			√			√		√				√		√		7
13	N	√				√		√				√			√		12
14	E		√			√				√			√		√		8
15	T		√				√	√					√		√		9

M = mampu KM= kurang mampu BM= belum mampu TS= total skor

Kelincahan Anak Siklus 1 pertemuan 2

No	Nama	Kategori		
		L	KL	BL
1	L	√		
2	N	√		
3	A			√
4	S	√		
5	H			√
6	K	√		
7	O	√		
8	I	√		
9	N		√	
10	V		√	
11	R	√		
12	A			√
13	N	√		
14	E		√	
15	T		√	

L= lincah KL= kurang lincah BL= belum lincah

Kemampuan Gerak Lokomotor Anak pada Kegiatan Siklus 1 Pertemuan 3

No	Nama Anak	Aspek yang diamati															TS
		Lari bolak-balik			Lari Zig-zag			Lari melingkar			Meloncati benda			Meloncat zig-zag			
		M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	TM	M	KM	BM	
1	L	√				√		√				√		√			13
2	N	√			√				√		√				√		13
3	A	√				√			√				√		√		10
4	S	√				√		√				√			√		12
5	H			√			√		√			√			√		8
6	K	√				√			√			√				√	10
7	O		√			√		√				√			√		11
8	I	√			√			√				√			√		12
9	N		√				√		√			√				√	8
10	V		√				√		√		√					√	9
11	R	√					√	√				√		√			11
12	A		√				√		√			√				√	8
13	N	√				√		√				√			√		12
14	E	√				√				√			√		√		9
15	T		√				√	√					√		√		9

M = mampu KM= kurang mampu BM= belum mampu TS= total skor

Kelincahan Anak Siklus 1 Pertemuan 3

No	Nama	Kategori		
		L	KL	BL
1	L	√		
2	N	√		
3	A			√
4	S	√		
5	H			√
6	K	√		
7	O	√		
8	I	√		
9	N		√	
10	V		√	
11	R	√		
12	A			√
13	N	√		
14	E		√	
15	T		√	

L= lincah KL= kurang lincah BL= belum lincah

LAMPIRAN 6. RKH DAN HASIL OBSERVASI SIKLUS II

SATUAN KEGIATAN HARIAN

Tema / sub tema : Alam Semesta/ Gejala alam

Kelompok : A

Waktu : 180 menit

Hari / tanggal : 20 Mei 2013

Semester / Minggu : II/ XVIII

TPP	INDIKATOR	KEGIATAN PEMBELAJARAN	SUMBER BELAJAR	PENILAIAN				ANALISIS				PERBAIKAN	PENGAYAAN	KET
				Alat	Perkembangan anak									
					*	**	***	****	*	**	***	****		
		I. Kegiatan Awal 60 menit (klasikal)												
		➤ Anak Berbaris dan ikrar di	Guru, anak											
		depan kelas												
Menyanyi Mars	Menyanyi Mars	➤ Anak menyanyi mars ABA												
Bustanul Athfal	ABA (AIM.22)													
		➤ Anak menghafalkan surat	Guru, anak											
		Al-Humazah												
Mengenal Tuhan	Menyebutkan ciptaan-	➤ Anak bernyanyi “Allah												
melalui agama yang	ciptaan Tuhan,Misal:	Pencipta Alam Semesta”												
dianut	manusia, bumi, langit													
	tanaman (NAM.1)													
		➤Unjuk kerja gerak												
		lokomotor	Area											
Melakukan gerakan	Berlari cepat	• Anak melakukan gerakan												
melompat, meloncat,	(F.A.11)	pemanasan												
dan berlari secara	Meloncat dengan	• Anak mendengarkan	bermain,											
terkoordinasi	rintangan(F.A.9)	penjelasan guru tentang	Kardus											

		aturan main pada	snak														
		lomba gerak lokomotor															
		dan kriteria yang															
		mendapatkan bintang															
		• Anak melakukan lomba															
		berlari dan meloncat															
		gerakan sesuai dengan															
		desain kegiatan lokomotor															
		• Anak melakukan gerakan															
		pendinginan															
		II. Kegiatan Inti 60 menit															
		<u>SUDUT : ALAM SEKITAR</u>															
Mengutarakan	Berani	➢ Mengutarakan pendapat	gambar														
pendapat kepada	mengungkapkan	tentang banjir															
orang lain	pendapatnya	• Anak melihat gambar banjir															
	(B.B.24)	yang dibawa guru															
		• Anak memberi pendapat															
		tentang terjadinya banjir															
		• Anak mendengarkan															
		evaluasi guru tentang															
		terjadinya banjir yang anak															
		ceritakan															
		<u>SUDUT : KELUARGA</u>															
Menggunakan	Bermain simbolik	➢ Unjuk kerja bermain	Kursi														
benda-benda	dengan benda-	menyelematkan keluarga dari															
sebagai permainan	benda di sekitar	banjir dengan kursi sebagai															
simbolik (kursi	(K.A.3)	perahu karet															
sebagai mobil)		• Anak mendengarkan cerita															
		guru apa yang harus															

		dilakukan jika terjadi banjir																	
		• Anak stimulasi																	
		penyelamatan kurban banjir																	
		SUDUT : PEMBANGUNAN																	
Mengkoordinasikan	Mencocok dengan	➤ Penugasan mencocok pola	LKA																
mata dan tangan	pola buatan guru.	perahu karet untuk	cocokan																
untuk melakukan	(F.B.38)	mengevakuasi korban banjir	kertas																
gerakan yang rumit		• Anak melihat pola perahu	lem																
		karet																	
		• Anak mencocok pola perahu																	
		kertas																	
		• Anak menempelkan pola																	
		perahu kertas pada gambar																	
		daerah yang kebanjiran																	
		III Istirahat (30 menit)																	
		Bermain di luar, cuci tangan,																	
		doa, makan / minum																	
		IV. Kegiatan Akhir 30 menit																	
		(klasikal)																	
	Dapat atau suka	➤Bercerita tentang menolong	Anak																
	menolong	tetangga yang kebanjiran	Guru																
	(SOSEM.7)	• Anak bercerita tentang banjir																	
		di Kali Winongo tahun lalu																	
		• Anak bercerita membantu																	
		tetangga yang kebanjiran																	
		dengan menyediakan tempat																	
		pengungsian dan																	
		menyediakan makanan																	
		Diskusi pembelajaran satu hari																	

Mengetahui
Kepala Sekolah


PENNY DWI ANDAYANI
NBM / KTAA :

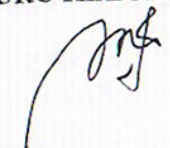
Pesan, kesan, kuis, doa, salam

Perhitungan Analisis :

$$\frac{\text{Jumlah } ***/***/****}{\text{Jumlah anak yang hadir}} \times 100\%$$

Jumlah anak : 15
S :
I :
A :
Jumlah anak hadir :

Yogyakarta, 20 Mei 2013
GURU KELOMPOK A2


Ami Restianawati, A. Md

SATUAN KEGIATAN HARIAN

Tema / sub tema : Alam Semesta/ Gejala alam

Kelompok : A

Waktu : 180 menit

Hari / tanggal : 22 Mei 2013

Semester / Minggu : II/ XVIII

TPP	INDIKATOR	KEGIATAN PEMBELAJARAN	SUMBER BELAJAR	PENILAIAN				ANALISIS				PERBA-IKAN	PENGAYAAN	KET
				Alat	Perkembangan anak									
					*	**	***	****	*	**	***	****		
		I. Kegiatan Awal 60 menit (klasikal)												
		➤ Anak Berbaris dan ikrar di	Guru, anak											
		depan kelas												
Mengucap salam	Membiasan diri	➤ Anak berdoa sebelum												
dan membalas	menjawab salam	belajar, mengucap dan												
salam	(NAM. 26)	menjawab salam												
Menghafal surat-	Menghafal surat	➤ Anak menghafal Ayat Kursi	Guru, anak											
Surat pendek	pendek (PAI. 19)													
Mengenal 'Aisyiyah	Mengenal organisasi	➤ Anak mendengarkan cerita												
dan Muhammadiyah	'Aisyiyah (AIM.1)	guru tentang organisasi												
		'Aisyiyah												
		➤ Unjuk Kerja gerak												
		lokomotor												
Melakukan gerakan	Berlari sambil	• Anak melakukan pemanasan	Area											
melompat, meloncat,	Meloncat (F.A.11)	yaitu bergerak dan tepuk	bermain,											
dan berlari secara		"Gempa"	Kardus											

[illegible]

		<u>SUDUT : ALAM SEKITAR</u>														
Membilang banyak benda dari satu sampai sepuluh	Membilang banyak benda dari 1 sampai 10 (K.C.27)	➤ Penugasan membilang benda yang berjatuhan karena gempa	Gambar pensil													
		• Anak melihat gambar benda-benda yang berjatuhan karena gempa														
		• Anak menghitung gambar benda yang berjatuhan karena gempa														
		• Anak melingkari lambang bilangan yang sesuai dengan jumlahnya														
		<u>SUDUT : PEMBANGUNAN</u>														
Menunjukkan sikap mandiri dalam memilih kegiatan	Melaksanakan tugas yang diberikan sampai selesai (SOSEM.3)	➤ Merapikan rumah balok sampai rapi kembali setelah selesai bermain	Balok													
		• Anak membuat rumah dari balok														
		• Anak stimulasi gempa														
		• Anak merapikan balok sampai rapi kembali														
		III Istirahat (30 menit)														
		Bermain di luar														
		Cuci tangan, doa, makan / minum														
		IV. Kegiatan Akhir 30 menit (klasikal)														
Mengekspresikan	Mengekspresikan	➤ Unjuk kerja menari sesuai	tape													

SATUAN KEGIATAN HARIAN

Tema / sub tema : Alam Semesta/ Gejala alam

Kelompok : A

Waktu : 180 menit

Hari / tanggal : 24 Mei 2013

Semester / Minggu : II/ XVIII

TPP	INDIKATOR	KEGIATAN PEMBELAJARAN	SUMBER BELAJAR	PENILAIAN				ANALISIS				PERBA-IKAN	PENGAYAAN	KET
				Alat	Perkembangan anak									
					*	**	***	****	*	**	***	****		
		III. Kegiatan Awal 60 menit (klasikal)												
		➤ Anak Berbaris dan ikrar di depan kelas	Guru, anak											
Menghafal surat-surat pendek	Menghafal surat-surat pendek	➤ Menghafal surat Al-Fiil dan Al-Asyr												
Mengenal berperilaku baik/sopan	Berbicara/ sesama berbahasa yang baik/sopan dengan teman (NAM.13)	➤ Demonstrasi berbicara sopan pada teman	Anak											
		➤ Unjuk Kerja gerak lokomotor												
Melakukan gerakan melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi	Berlari sambil Meloncat (F.A.11)	• Anak melakukan pemanasan yaitu menirukan gerakan tanah longsor	Area bermain, Kardus											
		• Anak melihat bintang sebagai reward	snak besar											

		• Anak mendengarkan aturan lomba dan siapa yang bisa mendapatkan bintang															
		• Anak melakukan gerakan berlari dan melompat secara berkompetisi															
		• Anak melakukan gerakan Pendinginan															
		IV. Kegiatan Inti 60 menit (indv / kel)															
		<u>SUDUT : ALAM SEKITAR</u>															
Menjawab pertanyaan sederhana	Menjawab pertanyaan tentang informasi/ kejadian secara sederhana (B.B.13)	➤ Tanya jawab mengapa bisa terjadi tanah longsor	laptop LCD Speaker														
		• Anak melihat video tentang tanah longsor															
		• Anak mendengarkan penjelasan guru tentang tanah longsor															
		• Anak menjawab pertanyaan guru tentang tanah longsor															
		<u>SUDUT KEBUDAYAAN</u>															
Mengenal lambang huruf	Membaca gambar yang memiliki kata/kalimat sederhana (K.C.37)	➤ Unjuk kerja membaca gambar dengan tulisan “longsor”	gambar pensil														
		• Anak melihat gambar bertuliskan longsor															
		• Anak mengeja tulisan longsor															

		• Anak menebalkan tulisan longsor													
		<u>SUDUT PEMBANGUNAN</u>													
Mengekspresikan diri dengan berbagai media	Menyusun menara dari kubus minimal 8 kubus (M.B.43)	➤ Penugasan menyusun menara dari kubus minimal 8 kubus	kubus												
		• Anak mendengarkan aturan bermain dengan kubus													
		• Anak membuat menara kubus													
		• Anak merobohkan menara berpura-pura ada tanah longsor													
		III Istirahat (30 menit)													
		Bermain di luar													
		Cuci tangan, doa, makan / minum													
		IV. Kegiatan Akhir 30 menit (klasikal)													
Menaati aturan yang berlaku dalam suatu permainan	Berhenti bermain pada waktunya (SOSEM 18)	➤ Bercakap-cakap berhenti bermain pada saat bel berbunyi	Guru anak												
		• Anak mendengarkan cerita guru tentang aturan disekolah													
		• Anak bercakap-cakap dengan guru dan teman agar berhenti bermain apabila bel sudah berbunyi													
		Diskusi pembelajaran satu hari													

[illegible]

Mengetahui
Kepala Sekolah

Perhitungan Analisis :

Jumlah anak yang hadir

Jumlah anak : 15

Yogyakarta, 24 Mei 2013
GURU KELOMPOK A2

Ami Restianawati, A. Md

Kemampuan Gerak Lokomotor Anak pada Kegiatan Siklus 1I Pertemuan 1

No	Nama Anak	Aspek yang diamati															TS
		Lari bolak-balik			Lari Zig-zag			Lari melingkar			Meloncati benda			Meloncat zig-zag			
		M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	TM	M	KM	BM	
1	L	√				√		√				√		√			13
2	N	√			√				√		√				√		13
3	A	√				√			√			√			√		11
4	S	√				√		√				√			√		12
5	H		√			√			√			√			√		10
6	K	√				√			√				√			√	9
7	O		√			√		√				√			√		11
8	I	√			√			√				√			√		13
9	N		√			√			√			√			√		10
10	V		√			√		√			√				√		12
11	R	√					√	√				√		√			11
12	A	√				√			√			√			√		11
13	N	√				√		√				√			√		12
14	E	√				√			√				√		√		10
15	T		√				√	√					√		√		9

M = mampu KM= kurang mampu BM= belum mampu TS= total skor

Kelincahan Anak Siklus 1I pertemuan 1

No	Nama	Kategori		
		L	KL	TL
1	L	√		
2	N	√		
3	A	√		
4	S	√		
5	H		√	
6	K		√	
7	O	√		
8	I	√		
9	N	√		
10	V	√		
11	R		√	
12	A	√		
13	N	√		
14	E		√	
15	T		√	

L= lincah KL= kurang lincah BL= belum lincah

Kemampuan Gerak Lokomotor Anak pada Kegiatan Siklus 1I Pertemuan 2

No	Nama Anak	Aspek yang diamati															TS
		Lari bolak-balik			Lari Zig-zag			Lari melingkar			Meloncati benda			Meloncat zig-zag			
		M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	TM	M	KM	BM	
1	L	√				√		√				√		√			13
2	N	√			√				√		√				√		13
3	A	√				√			√			√			√		11
4	S	√				√		√				√		√			13
5	H		√			√			√			√			√		10
6	K	√				√		√				√			√		12
7	O	√			√			√			√				√		14
8	I	√			√			√			√				√		14
9	N		√			√		√				√			√		11
10	V	√			√			√			√			√			15
11	R	√			√			√			√			√			15
12	A	√				√			√			√				√	10
13	N	√			√			√				√			√		13
14	E	√				√		√				√			√		12
15	T	√				√		√					√		√		11

M = mampu KM= kurang mampu BM= belum mampu TS= total skor

Kemampuan Kelincahan Anak Siklus 1I Pertemuan 2

No	Nama	Kategori		
		L	KL	BL
1	L	√		
2	N	√		
3	A		√	
4	S	√		
5	H			√
6	K	√		
7	O	√		
8	I	√		
9	N	√		
10	V	√		
11	R	√		
12	A		√	
13	N	√		
14	E	√		
15	T		√	

L= lincah KL= kurang lincah BL= belum lincah

Kemampuan Gerak Lokomotor Anak pada Kegiatan Siklus 1I Pertemuan 3

No	Nama Anak	Aspek yang diamati															TS
		Lari bolak-balik			Lari Zig-zag			Lari melingkar			Meloncati benda			Meloncat zig-zag			
		M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	BM	M	KM	TM	M	KM	BM	
1	L	√			√			√			√			√			15
2	N	√			√			√			√			√			15
3	A	√				√		√				√		√			13
4	S	√				√		√			√			√			14
5	H		√			√			√			√			√		10
6	K	√			√			√			√			√			15
7	O	√			√			√			√				√		14
8	I	√			√			√			√			√			15
9	N	√			√			√				√		√			14
10	V	√			√			√			√			√			15
11	R	√			√			√			√			√			15
12	A	√				√		√				√			√		12
13	N	√			√			√			√			√			15
14	E	√			√			√			√				√		14
15	T	√			√			√				√		√			14

M = mampu KM= kurang mampu BM= belum mampu TS= total skor

Kemampuan Kelincahan Anak Siklus 1I pertemuan 3

No	Nama	Kategori		
		L	KL	BL
1	L	√		
2	N	√		
3	A	√		
4	S	√		
5	H		√	
6	K	√		
7	O	√		
8	I	√		
9	N	√		
10	V	√		
11	R	√		
12	A		√	
13	N	√		
14	E	√		
15	T	√		

L= lincah KL= kurang lincah BL= belum lincah

**LAMPIRAN 7. FOTO DESAIN KEGIATAN
LOKOMOTOR DAN FOTO KEGIATAN**



Gambar 5 . Desain Kegiatan Lokomotor Siklus I



Gambar 6. Desain Kegiatan Lokomotor Siklus II

**Aktivitas dan Proses Pembelajaran pada Pra
Tindakan Kelas**



**Gambar 7. Anak Melakukan Gerakan Lari dengan Selembar Kertas
Sebagai Batasan**



**Gambar 8. Anak Melakukan Gerakan Meloncat dengan Selembar Kertas
sebagai Batas Awal dan Batas Akhir Gerakan**

Aktivitas dan Proses Pembelajaran pada Siklus I



Gambar 9. Anak Melakukan Gerakan Pemanasan



Gambar 10. Anak Melakukan Gerakan Lokomotor dengan Desain Lokomotor



Gambar 11. Anak Melakukan Gerakan Lokomotor dengan Desain Lokomotor



Gambar 12. Anak melakukan gerakan pendinginan

Aktivitas dan Proses Pembelajaran pada Siklus I



Gambar 13. Anak Melakukan Gerakan Pemanasan



Gambar 14. Anak Melakukan Gerakan Lokomotor secara Kompetisi



Gambar 15. Anak Mendapatkan *Reward* Berupa Bintang



Gambar 16. Anak Melakukan Gerakan Pendinginan

